தாய் வீடு

THAIVEEDU ஏப்பிரல் 2009 HOME & LIVING

தொடரும் அவலம்...



வீடும் வீடுசார் விடையங்களுக்குமான பத்திரிகை



இலங்கைத் தமிழரைக் காப்பாற்ற...

வன்னியிலுள்ள இலட்சக்கணக்கான பொதுமக்கள் மீது சிறீலங்கா படைகள் தாக்குதல் நடத்தி வருவதற்கு, ஐக்கிய நாடுகள் சபை, அமெரிக்கா, பிரித்தானியா என்பன கூட்டாகக் கண்டனம் வெளியிட்டுள்ளன.

நாளாந்தம் டசின் கணக்கான பொதுமக்கள் கொல்லப்படுவதாகக் கூறியுள்ள ஐக்கிய நாடுகள் சபை, ஜனவரி மாதம் 20ல் இருந்து இதுவரை பொதுமக்கள் 2,800 பேர் இலங்கை இராணுவத்தின் எறிகணை வீச்சில் கொல்லப்பட்டிருப்பதாகவும், மேலும் பல்லாயிரக்கணக்கான மக்கள் காயமடைந்துள்ளதாகவும் கூறுகின்றது.

பாதுகாப்பு வலயத்திலுள்ள பொதுமக்கள் மீது தாக்குதல் நடத்த மாட்டோம் என சிறீலங்கா அரசு தமக்கு உறுதிமொழி வழங்கியிருந்த போதிலும், பொதுமக்கள் மீதான தாக்குதல்கள் நிறுத்தப்படவில்லை என அமெரிக்கா கண்டனம் தெரிவித்துள்ளது.

இந்தியாவுடன் சேர்ந்து சிறீலங்கா அரசுக்கு படைத்துறை உதவி வழங்கும் நாடுகளின் வரிசையில் ரஸ்யாவும், சீனாவும் முன்னணியில் இருக்கின்றன. ஐக்கிய நாடுகள் சபையில் இலங்கைத் தமிழர்கள் தொடர்பாக ஒரு சிறிய கருணை இருக்கின்ற போதும், இலங்கை விவகாரத்தை விவாதத்திற்கு எடுப்பதற்கு எதிர்ப்புத் தெரிவித்துள்ளன வீற்றோ அதிகாரமுள்ள ரஸ்யாவும், சீனாவும். இதனையும் எதிர்த்து விவாதத்திற்கான நடவடிக்கை எடுப்பதற்கு ஐக்கிய நாடுகள் சபையோ, அமெரிக்காவோ, அல்லது பிரித்தானியாவோ திராணியற்ற நிலையில் இருப்பதை அவதானிக்க முடிகின்றது.

வன்னி நிலைமை நாளுக்குநாள் மோசமடைகின்றது. எதிர்வரும் நாட்களில் இன்னமும் அதிக தமிழர்கள் சிங்கள இராணுவத்தால் கொல்லப்படும் நிலைமையே உள்ளது. சிங்கள அரசினால், தமிழர்கள் தெருநாய்களுக்கு சமமாக கணிக்கப்படுகின்றனர்.

இந்தக் கொடுமையை நிறுத்த ஐ.நா சபையாலும் முடியாமல் போய்விட்டது.

வேறு எந்த நாடும் இலங்கையில் கால்பதித்துவிட முடியாதபடிக்கு இந்திய இராணுவம் இலங்கைத் தமிழர்களின் மண்ணில் நின்று "வைத்திய முகாம்" என்ற போர்வையிலும் புல்மோட்டையில் இராணுவமுகாம் அமைத்து கொல்கின்றது.

இலங்கைத் தமிழர்களை கொன்று குவிப்பதற்கும், இலங்கைத் தமிழர்களின் நியாயமான சுதந்திரப் போராட்டத்திற்கு எதிராகவும் திட்டமிட்டு செயல்படுவது இந்திய மக்கள் அல்ல. "இந்தியாவே தன்னுடை கொத்தடிமை" என்று நினைக்கின்ற "இந்திரா காங்கிரசே" இந்த கொடிய வேலையைச் செய்து வருகின்றது.

இந்தக் நிலையில் எமது தமிழக உடன் பிறப்புகளே! உங்களால் மட்டும்தான் முடியும்.

தமிழகமே! உங்கள் சக்தி மகத்தானது. ஆறு கோடி தமிழர்கள் நீங்கள். வருகின்ற தேர்தலில் உங்கள் கைகளில் இருக்கின்ற மிகப் பெரிய ஆயுதமான வாக்குச் சீட்டை மட்டும் நீங்கள் சரியாகப் பயன்படுத்துவீர்களாயின் இலங்கைத் தமிழர்களின் கண்ணீரைத் துடைத்து, அவர்களின் வாழ்கையையும் நீங்கள் காக்க முடியும்.

'''

இம் மாதத்திற்குரிய முக்கிய குறிப்புக்கள்

ஏப்பிரல் மாதக் குறிப்புகள்

- இவ் வருட தமிழ் புத்தாண்டை தவிர்த்து, எம் மண்ணில் சொல்லனா துன்பங்களை அனுபவித்து வரும் மக்களுக்கு ஒரு விடிவு வர அன்றைய தினம் நாம் எல்லோரும் கோவிலுக்கு சென்று பிரார்த்திப்போமாக
- உங்கள் வருமான வரி பத்திரங்களை நிரப்பி அனுப்வதற்காக விதிக்கப் பட்ட கடைசி நாள் ஏப்ரல் 30 ஆம் திகதி. அதற்கு முன் உங்கள் பத்திரங்களை நிரப்பி (Canada Revnue Agncy) அனுப்பி வையுங்கள்.
- இலை துளிர் காலம் என்பதால், உங்கள் புல் தரைகள் அழகாக இருக்க, இலை துளிர் காலத்தில் பாவிக்கும் பசளை வகைகளை வாங்கி உப-யோகியுங்கள்.
- சுவர்களிலிருந்து படங்களையும் அலங்காரப் பொருட்களையும் எடுத்து கண்ணாடிகளையும் சட்டகங்களையும் சுத்திகரியுங்கள்.
- மண் (China clay), மற்றும் பளிங்கினாலான (Crystal) அலங்காரப் பொருட்களை கழுவுங்கள்.
- உபகரணங்கள் மற்றும் தளபாடங்களை அசைத்து அவற்றின் கீழேயுள்ள அழுக்குகளை Vacuum செய்யுங்கள்.
- இருட்டுத் திரைகளை கழுவி சுத்திகரியுங்கள்.
- உங்கள் மெத்தைகளை சமனான பாவனைக்காக புரட்டிப் போடுங்கள்.
- கம்பளி ஆடைகளை dry clean செய்து சேகரித்து வையுங்கள்.
- குளிர்கால போர்வைகளுக்குப் பதிலாக கோடை காலத்திற்குரிய போர்வைகளை ஆயத்தப்படுத்துங்கள்.
- புகையைக் கண்டறியும் (Smoke detectors) உபகரணங்களைச் சுத்திகரித்து, இயங்கு நிலையில் உள்ளதா என சரி பாருங்கள்.
- உங்கள் வாயு வெப்பமேற்றியின் (Gas furnace) நெருப்புச் சுவாலை நிறத்தை சரிபாருங்கள். இச் சுவாலை பிரகாசமான நீலநிறமாகவும் மஞ்சள் நிறம் குறைவாக அல்லது மஞ்சள் நிறம் எதுவுமேயற்றுக் காணப்பட வேண்டும்.
- உங்கள் பூந்தோட்டப் படுக்கைகளை பண்படுத்தி தயார்ப்படுத்துங்கள்.
- உங்கள் தோட்டத்தில் புல்வெட்டும் இயந்திரத்தை பாதிக்க

தொகுப்பு: மகேன் சிங்கராசா

Publisher & Editor	**P.J. Dilipkumar**
பதிப்பாளர், ஆசிரியர்	பி.ஜே. டிலிப்குமார்
ஆலோசகர் குழு	ஞானம் லம்பேட், மாமூலன், கருணா, பொன்னையா விவேகானந்தன், சுந்தர் சின்னத்தம்பி.
தட்டச்சு	கௌரி, கௌசலா, ஜீவா, பிரியதர்சினி, மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.
ஒப்புநோக்கல்	சாவையம்பதி சுப்ரமணியம், கௌரி. மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.
வரைகலை ஆலோசனை	கருணா (டிஜி வரைகலை அமையம்)
தொடர்புகள் - **For More Info**	**Editor** **P.O.Box #63581** **Woodside Square** **1571 Sandhurst Cir.** **Toronto, ON. M1V 1V0**
Toronto விநியோகம்	கிளி (சிவராஜா)
Montréal விநியோகம்	சுகுமாரன் சின்னையா 1-514-299-3186
Ottawa விநியோகம்	அலெக்ஸ் சிவசம்பு 1-613 -276-7253
Tel	416-646-3422, 416.400.6406
Fax	416.849.0594
Web	www.thaiveedu.com
E-mail	info@thaiveedu.com

இலங்கை அரசாங்கத்தால் இனியும் முடியிற காரியமா?

- அ. கணபதிப்பிள்ளை -

இலங்கை அரசாங்கத்தால் கால எல்லை நிர்ணயிக்கப்பட்டு இலங்கையிலுள்ள சிங்கள மக்களையும் வன்னிக்கு வெளியே வாழும் தமிழ்மக்களையும் வெளிநாடுகளையும் வெளியுலகச் சேவை நிறுவனங்களையும் நம்பவைத்துக் கொண்டிருக்கும் இரண்டு பெரிய நிகழ்வுகள் உலகெங்கும் பேசப்படுவதும் கவனத்தை ஈர்ப்பனவாகவும் இருந்து வருகின்றன.

இந்து – பௌத்த சித்திரைப் புத்தாண்டான ஏப்ரல் 13ந்திகதிக்கு முன்பாக விடுதலைப்புலிகள் முற்றாக அழிக்கப்பட்டுவிடுவார்கள் அதன்மூலம் இலங்கையில் பயங்கரவாதம் அழிக்கப்பட்டுவிடும் என்பதும் அதே நேரத்தில் இலங்கைத் தமிழர்களுக்கு ஏற்றதானதொரு தீர்வுத்திட்டம் அரசாங்கத்தால் முன்வைக்கப்பட்டுவிடும் என்பதும் தான் அவ்விரு முக்கிய நிகழ்வுகளாகும்.

இப்படியான கால நிர்ணயத்தின் ஊடாக விடுதலைப்புலிகளின் ஆட்சி அலகினைக் கைப்பெற்ற எடுக்கப்பட்ட முயற்சிகளும் தமிழர்களுக்குப் பொருத்தமானதும் ஏற்றுக் கொள்ளத்தக்கதுமான தீர்வுத்திட்டங்களை முன்வைப்பதற்கு எடுக்கப்பட்ட நடவடிக்கைகளும் கடந்த கால் நூற்றாண்டுகளாக நடைமுறையிலிருந்தவரும் அரசாங்கங்களின் பிரதான செயல்பாடுகளாகும். இவ்விரு செயற்பாடுகளையும் முன்வைத்துத்தான் இலங்கை அரசியலில் சமூக, பொருளாதார, அரசியல் முன்னெடுப்புகள் செய்யப்பட்டும் வருவது வழக்கமாகிவிட்டது. இத்தகைய போரும் சமாதானமும் கலந்ததொரு சூழலை உருவாக்குவதன் மூலம் இலங்கையின் அரசாங்கங்களின் தலையெழுத்தினை நிர்ணயம் செய்யமுடியும். என்றநிலை உருவாகியதும் அதற்கு ஏற்ப நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டு வருவதும் சமகால இலங்கை அரசியல் வரலாற்றில் தவிர்க்கமுடியாததொன்றாக மாறிவிட்டது.

வன்னியில் இலங்கை அரசால் பாதுகாப்பு வலயம் எனக்குறிப்பிட்டதொரு கரையோரச் சிறியநிலப்பரப்புக்குள் இருநூறு ஆயிரம் தமிழ்மக்கள் படும் அல்லல்கள் சொல்லும் தரமற்றவை. கொத்தணிக்குண்டு வீச்சுக்கும், விமானத்தாக்குதல்களுக்கும் பல்குழல் எறிகணைகளுக்கும் பயந்து பதுங்குகுழிகளில் காலத்தைக் கழித்துகொண்டிருக்கும் மக்கள் உணவு போன்ற அத்தியாவசிய தேவைகளுக்காக வெளியில் வரும் பொழுதும், பதுங்குகுழிக்குள்ளும் அன்றாடம் நூற்றுக்கணக்கில் கொல்லப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறாாகள். இராணுவத்தால் செலுத்தப்படும் குண்டுகள் மனித உடல்களில் சங்கமமாகும் அளவுக்கு நெருக்கடி நிறைந்த மக்கள் கூட்டத்தை நோக்கியே அவை ஏவப்பட்ட வண்ணம் உள்ளன.

அப்போது பிறந்த குழந்தைகளின் உடலிலும் பிறக்கப்போகும் குழந்தைகளின் உடலிலும் கூட இத்தகைய கொத்தணிக்குண்டுகள் பாய்ந்துள்ள கொடூரமான நிகழ்வுகள் இது வரை எந்தநாடும் தன்னாட்டுமக்களுக்குச் செய்திராத கொடுமையாக உள்ளது. குழந்தைகளைச், சிறுவர்களை, இளைஞர்களை, பெண்களை, முதியவர்களை பாதுகாப்பதற்கென தனித்தனியான நிறுவனங்கள் தோற்றம் பெற்றிருக்கும் இந்த நாகரீக உலகத்தில் ஒட்டுமொத்தமாக வன்னியில் அடைபட்டுள்ள தமிழர் சமூகத்தினைக் காப்பதற்கு எந்தவொரு நிறுவனமுமே தீவிரமாக முன்னிற்கவில்லை என்பது வேதனைக்குரியது.

உலக அரசியல், பொருளாதார, கலாசார ஒழுங்கில் நிகழும் பல்வேறுவகையான நிகழ்வுகளில் எதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்க வேண்டும். அதன்மூலம் எதிர்காலத்தில் சர்வதேச அரசியலில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தமுடியும் என்பதிலேயே உலக நாடுகள் கவனம் செலுத்திவருகின்றன. அதற்கு ஏற்றதான நடவடிக்கைகளிலேயே வல்லரசுகள் ஒன்றுபட்டும் தனித்தனியாகவும் முடிவு எடுத்து வருவனவாக உள்ளன. பிராந்திய வல்லரசுகளும் இத்தகைய அணுமுறையிலிருந்து வேறுபடுவனவாக இருப்பதில்லை. இதனால் விரும்பியோ விரும்பாமலோ பிரச்சினைக்குட்பட்ட நாடுகள் மீளமுடியாத சிக்கலுக்குள் தங்களை உட்படுத்திக் கொண்டுள்ளன. அத்தகையதொரு நிலைதான் இலங்கையில் நீண்டகாலமாக இருந்துவருகிறது.

> இலங்கை அரசாங்கம் கொலைகளைச் செய்வதனையும் மக்களைக் காயப்படுத்துவதனையும் இந்தியா பார்த்துக்கொண்டிருக்கவில்லை என்று கூறுவதற்காகப் புல்மோட்டையில் இராணுவ வைத்தியசாலையினை ஏற்படுத்தி காயப்படுத்தி அனுப்பப்படும் பொதுமக்களுக்கு மருந்திட்டுக் கொண்டிருக்கின்றது.

வன்னி மீது நடத்தப்படும் போரானது பல நாடுகள் இணைந்து நடாத்தும் போர் என்ற கருத்து மேலோங்கியிருக்கிறது. இதற்கு உலகநாடுகளின் பாராமுகம் ஒரு காரணம் என்றும் கூறப்படுகின்றது. ஒன்றில் இலங்கையின் உறுதிமொழியினை நம்பிய உலகம் இலகுகாத்த கிளிபோல போர் முடிவடைந்துவிடும், சமாதானத் தீர்வுத்திட்டம் முன்வைக்கப்பட்டுவிடும் அதுவரை பொறுத்திருப்போம் என்ற நிலைப்பாட்டினைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அல்லது இது ஒரு உள்நாட்டுப் பிரச்சினை, அதற்கு மேலாக பிராந்தியப் பிரச்சினை மூக்கு இருக்கும்வரை சளியிருக்கும் என்பது போல இத்தனையாண்டு காலமாக இருக்கும் பிரச்சினையில் தலையை நுளைக்கத் தயக்கம் காட்டுவனவாக இருக்க வேண்டும். இரண்டு விடயத்திற்கும் சாத்தியக் கூறுகள் உள்ளன.

இதற்கும் மேலாக விடுதலைப்புலிகள் புரட்சியாளர்கள் என்ற கருத்தினை ஏற்றுக்கொள்ளாத இலங்கை அரசு அதனை ஆதரிக்கும் அனுசரணை நாடுகளும் இலங்கை அரசால் அரவணைத்து தீனிபோடப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்ற புத்திஜீவிகளின் வர்க்கத்தின் ஆதிக்கச்செயல்பாடுகளும் ஒன்றிணைந்து புலிகள் பயங்கரவாதிகள் என்ற நாமத்தினை மீண்டும் மீண்டும் உச்சரித்துக்கொண்டிருக்கின்றன. பயங்கரவாதப் பட்டியலில் விடுதலைப் புலிகளை உட்படுத்தியது முதல் மேற்குலகமும், இந்தியாவும் விடுதலைப்புலிகளை மக்கள் இயக்கமாகப் பார்ப்பதனைத் தவிர்த்துக்கொண்டிருந்தன. இதற்காக இலங்கை அரசாங்கங்கள் தங்களாலான செயற்பாடுகளைச் செய்து கொண்டிருக்கின்றன.

அதே வேளை வளரும் விடுதலைப்புலிகள் இயக்கம் புதிய வடிவமைப்பைக்கொண்ட மக்கள்புரட்சி இயக்கம் மாதிரி அரசுடன் நிர்வாகக் கட்டமைப்பைக் கொண்டுள்ள சுதந்திர இயக்கம் என்பதனால் அதுபோன்ற அமைப்பின் வழியே தனிநாடு ஏற்படுவதை பல வல்லரசுகளும் பிராந்திய வல்லரசுகளும் விரும்பியிருக்கவில்லை.

வன்னிப் படுகொலைகளை உலகமக்களே கண் விரித்து பார்த்துக்கொண்டிருக்கும் வேளையிலும் நாளாந்தம் வன்னிப் பொது மக்களின் இழப்பு அதிகரித்துக் கொண்டுதானிருக்கிறது. ஜனவரி முதல் மார்ச் வரையில் 9,924 பொதுமக்கள் காயத்துக்குட்பட்டுள்ளதில் 2,683 பேர் கொல்லப்பட்டும் 7241 பேர் காயப்பட்டுமிருந்தனர் என்று ஐ.நா அறிக்கை குறிப்பிடுகையில் அதற்குமேலாக இலங்கைப்பாராளுமன்ற உறுப்பினரின் படி 5,000 பேர் இறந்தும் 10,000 பேர் காயமடைந்துமுள்ளார்கள் என்ற கூற்று நிலைமையின் மோசத்தன்மையினைக்காட்டி நிற்கிறது. இதைவிட மறைக்கப்பட்ட பல இறப்புக்களிருந்திருக்கலாம் என்ற உண்மைத்தன்மை பின்னணியிலிருக்கிறது.

இப்படி புள்ளிவிபரத்தை வெளியிட்ட இன்னசிட்டி ஊடாக ஐ.நாவின் மத்தியூ ரசல் லீயின் மேற்படி மதிப்பீட்டை விட உள்ளூர் நிறுவனங்களின் எண்ணிக்கை அதிகமாக இருப்பதாக கருத்துக்கள் நிலவிவருகின்றன. இத்தகைய உயிர்க்கொலைகள் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும்பொழுது இலங்கை அரசானது விடுதலைப்புலிகளின் கொடியினை வெளிநாடுகளில் குறிப்பாகத் விடுதலைப்புலிகள் தடை செய்யப்பட்ட நாடுகளிலிருக்கும் தமிழர்கள் பயன்படுத்துகிறார்கள் என்ற செயலுக்கே முக்கியத்துவம் கொடுத்தாகள். இத்தகைய பேச்சுவார்த்தைகள் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் அதேகட்டத்தில்கூட நூற்றுக்கணக்கான சிறுவர்களும் பெண்களும் முதியவர்களும் அரச இராணுவத்தால் கொல்லப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார்கள்.

விடுதலைப்புலிகள் ஒரு பயங்கரவாத இயக்கம் என்ற கருதுகோளிலிருந்து எந்தமாற்றமும் ஏற்படாத வகையில் இலங்கை அரசாங்கங்களின் செயற்பாடுகள் அமைந்திருக்கின்றன. யுத்தகாலங்களிலும் சமாதான காலங்களிலும் இத்தகைய நிலைப்பாடு முன்வைக்கப்பட்டே வந்துள்ளன. தற்கொலைத் தாக்குதல்கள், சிறுவர்களைப் படையில் சேர்த்துக்கொள்ளுதல் ஆகிய குற்றச்சாட்டுக்களையும் அவற்றுடன் சேர்த்து வன்னி மக்களை மனிதக்கேடயங்களாகப் பயன்படுத்துகின்றார்கள், வலுக்கட்டாயமாக போருக்கு ஆட்களைச் சேர்த்துக் கொள்கிறார்கள் என்ற குற்றச்சாட்டுக்கள் விடுதலைப் புலிகளுக்கு எதிராக முன்வைக்கப்படுகின்றன.

இலங்கையில் நிகழ்ந்த எத்தனையோ தற்கொலைத் தாக்குதல்களுக்கு விடுதலைப் புலிகள் உரிமை கோரியிருக்கவில்லை என்பதனாலும் சிறுவர்களை படையில் சேர்க்கும் நடவடிக்கையினை இலங்கை அரசே செய்திருந்தமை கடந்த ஆண்டுகளில் வெளிக்கொணரப்பட்டும், அண்மையில் இறந்த படைவீரர்களில் 18 வயதுக்குட்பட்டவர்கள் இருந்தமை வெளியில் கொண்டுவரப்பட்டிருக்கின்றமையினாலும் விடுதலைப் புலிகளின் மீது பயங்கரவாத முத்திரையினைக் குத்துவதற்குப் பல்வேறு அரச நிறுவனங்கள் துணைபோயின என்ற கருத்தும் ஐ.நா அறிக்கைகள் மூலம் முன்னர் வெளிவந்தன.

கடல்கடந்த பயங்கரவாதத்திற்கு எதிராகக் கோசமெழுப்புகின்ற நாடுகள் விடுதலைப் புலிகளை தொடர்புபடுத்தாமலிருந்தன. மாறாக, இலங்கையரசு ராஜீவ் காந்தியின் கொலையினை முக்கியப்படுத்தியிருந்தது. இலங்கை அரசும் இலங்கை இராணுவமும் கடற்படை வீரனும் இலங்கையில் ராஜீவ் காந்தியின் கொலைமுயற்சிக்கு துணைபோன பொழுது சர்வதேச சட்டத்தின் கீழ் இலங்கைக்கு எந்தவிதமான தண்டனையும் வழங்கப்பட்டிருக்கவில்லை. ஏனென்றால் இலங்கை - இந்திய ஒப்பந்த்தின்படி ராஜீவும் ஜே.ஆரும் ஒரேநாட்டின் பிரஜைகள். ஜே. ஆருக்கு இந்தியாவில் என்ன நடந்திருந்தாலும்

5ம் பக்கம் பார்க்க...

4ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

ராஜீவுக்கு இலங்கையில் என்ன நடந்திருந்தாலும் அது இலங்கை இந்திய ஒப்பந்தத்தின் அடிப்படையில் ஒன்றாகவே கணிக்கப்பட்டிருக்கும். ஆனால் தமிழர்கள் வேறுபட்டவர்கள். இந்நிலையில் இலங்கைப்பிரஜைகள் இலங்கையில் வைத்து ராஜீவைக் கொல்லமுயற்சித்ததிற்கும் இந்தியாவில் வைத்து கொல்ல முயற்சித்தமைக்கும் இலங்கை அரசு எந்த வேறுபாட்டினையும் அவதானிக்கவில்லை. ஆனால் அவர்களைப் பொறுத்தவரை தமிழர்கள் வேறுநாட்டவர்கள். அதேநிலைப்பாடுதான் இன்று இந்தியா இலங்கைத் தமிழர்கள் மீது மேற்கொண்ட கொலைகளுக்கும் அதற்கு உடந்தையான இராணுவ உத்திகளை வழங்குவதற்கும் அடிப்படையாக அமைந்திருக்கின்றது.

அதே மாதிரியாக ராஜீவின் கொலையை இலங்கை அரசாங்கங்கள் தான் இதுவரையில் தமக்குச் சாதகமாகப்பயன்படுத்தி வந்திருந்தமை தெளிவாகத் தெரியத்தொடங்கியிருக்கிறது. இதன் பின்னணியிற் தான் இலங்கை இந்திய ஒப்பந்தத்தைவைத்து தமிழர்களைக் கொல்லுவதனையும் தமிழருக்குத் தீர்வுத் திட்டத்தினை ஏற்படுத்துவதனையும் எவ்விதம் தமிழ்மக்கள் ஏற்றுக்கொள்வார்கள் என்ற நிலைப்பாடு மேலோங்கியிருக்கின்றது.

இலங்கை அரசு இடைக்காலப் போர் நிறுத்தத்தினை அறிவித்துவிட்டு பொதுமக்களை வெளியே எடுக்கும் எந்தத்தீர்மானத்தையும், ஆயுத்தங்களையும் மேற்கொள்ள விரும்பமாட்டாது. போர்நிறுத்தம் செய்யப்பட வேண்டுமாயின் மூன்றாவது தரப்பு முன்னிலைப்படுத்தப்பட வேண்டும். அதனை இலங்கை அரசும் புலிகளும் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அதற்கும் மேலாக வன்னியின் மக்களின் எண்ணிக்கையும் அவர்ளுக்காக அரசாங்கம் இதுவரை செய்துவந்த நடவடிக்கைகளும் வெளிக்கொண்டு வரப்பட்டுவிடும். கொல்லப்படும் மக்களின் எண்ணிக்கையினை மூடிமறைத்து வெளியுலகத்திற்கு அரசாங்க அறிக்கைகள் மூலம் தரவுகளைக் காட்டுவதனையே இலங்கை அரசு விரும்பியிருந்தது.

ஐ.நா வின் புள்ளி விபரங்கள் கசியத் தொடங்கியதும் இதுவரையில் உத்தியோக பூர்வமாக வெளியிடப்படாத இலங்கையின் புள்ளி விபரங்கள் பல வேண்டுமென்றே மறைக்கப்பட்டிருக்கின்ற என்ற கருத்தினை துணிந்து வெளியிட ஐ.நாவும் அமெரிக்காவும் குறிப்பாக ஜோண் ஹோம்ஸ் போன்றவர்களும் ஆயுத்தமாகியிருந்தனர். வன்னியில் 70 ஆயிரம் மக்கள் இருப்பதாகவும் அவர்களுக்குப் போதுமான உணவும் மருந்தும் வழங்குவதாகவும் கூறிவந்த அரசுக்கு ஒரு இக்கட்டான சூழலை இவை ஏற்படுத்தியிருந்தன.

நுணலும் தன்வாயால் கெடும் என்பதுபோல் இலங்கையின் இடைத்தங்கல் முகாம்கள் பற்றிய கருத்துகளை வெளியுலகுக்குப் பரப்ப எடுத்த இலங்கை அரசின் முயற்சிகள் யாவும் அதற்கெதிராக திரும்பியிருக்கின்றதொரு நிலமை இன்று முழுப்பரிமாணத்தைப் பெற்றுக்கொண்டிருக்கிறது.

இலங்கை அரசாங்கம் உலகக்கண்ணை மறைத்துக்கொண்டு கொலைகளைச் செய்வதனையும் மக்களைக் காயப்படுத்துவதனையும் இந்தியா பார்த்துக்கொண்டிருக்க வில்லை என்று கூறுவதற்காகப் இந்தியா புல்மோட்டையில் இராணுவ வைத்தியசாலையினை ஏற்படுத்தி காயப்படுத்தி அனுப்பப்படும் பொதுமக்களுக்கு மருந்திட்டுக் கொண்டிருக்கின்றது. பொதுமக்கள் கேடயங்களாகப் பயன்படுத்தப்படுகையிலேயே காயப்படுகின்றவர்கள் என்பதை வெளியுலகத்திற்கு தெரியப்படுத்தவே இத்தகைய வெளியிட வைத்தியசாலை ஒன்றினை இந்தியா நிறுவியிருந்தமை ஆச்சரியப்படத்தக்க விடயமல்ல.

14சதுரமைல் பரப்புள்ள, அரசாங்கத்தால் நிர்ணயிக்கப்பட்ட பாதுகாப்பு வலயம் புலிகளின் 45 சதுரமைல் பரப்புள்ள சுயாட்சி அலகுக்குள் அமைந்திருப்பது ஏன்? இலங்கை அரசு அதனை ஏன் அவ்வாறு நிர்ணயம் செய்தது முன்னர் அறிவிக்கப்பட்டிருந்த சுதந்திரபுரம் தேவிபுரம் ஆகிய இரண்டு பெரிய பாதுகாப்பு வலயங்களை அரசாங்கம் ஏன் தொடர்ந்து அங்கீகரிக்கவில்லை என்ற வினாவும் உண்மையில் இலங்கை அரசு ஒப்பாசத்துக்காக ஏற்படுத்திய சொற்றொடர் தான் வெறும் பாதுகாப்பு வலயம் என்பது தெளிவாகத் தெரிகிறது.

பாதுகாப்பு வலயங்களிலுள்ள மக்கள் பதுங்கு குழிகளுக்குள் இருக்கின்றார்கள் என்றால் 2008ம் ஆண்டு ஜனவரியில் இருந்து வன்னி மக்கள் பதுங்கு குழிக்குள் வாசம்செய்து வரும் செயற்பாட்டிலிருந்து எந்தவிதத்தில் வேறுபட்டதாயும் இருக்கவில்லை.

அரசாங்கம் மேற்கொண்ட போர் ஒரேமாதிரியான செயற்பாடுகளையே கொண்டிருக்கின்றது. அதில் பாதுகாப்பு வலயம் என்ற கருத்து ஒரு ஏமாற்றுவித்தை என்பதனை தெளிவாகத் தெரிந்துகொண்டிருக்கின்றார்கள். இந்நநிலையில் இந்தப்போர் முடியும் நிலையினைப் பெறுவதாக இருக்கவில்லை என்பது தெளிவாத் தெரிகிறது.

இலங்கை அரசும் இந்திய அரசும் போட்ட இரட்டை நாடகங்களை தற்காலியமாக தடுத்து நிறுத்தவேண்டிய தேவை இந்தியாவுக்கு ஏற்பட்டிருக்கின்றது. இந்தியத் தேர்தல் நிலவரங்கள் இன்றைய காங்கிரஸ் அரசு எதிர்பார்த்ததைவிட எதிர்மாறாகப் போய் விட்டது. இந்தியாவின் வடக்கிலும் தெற்கிலும் இலங்கை நிலமைகள் தேர்தலை நிர்ணயிக்கும் ஒரு காரணியாக மாறிவிடத் தொடங்கிவிட்டது. இந்தநிலையில் போரை ஒத்திப் போட வேண்டிய தேவை ஏற்படுகிறது. அமெரிக்காவுடன் நோர்வே உட்பட பல்தேசத் தொண்டு நிறுவனங்களும் கண்திறந்திருக்கின்றன. எல்லோரும் தமது அழுக்குப்படிந்த கரங்களை ஒருமுறை தட்டிவிட்டுக் கை குலுக்கிக் கொள்ளப்படும் காலம் நெருங்கி விட்டது.

சமாதான நடுவர்களும் பேச்சுவார்த்தைகளும் மீண்டும் தளைக்கத் தொடங்கிவிட்டன. இதற்கு இலங்கை அரசு ஈடுகொடுக்கத் தன்னை தயார்படுத்திக் கொண்டிருக்கின்றது. இதில் இரண்டு விடயங்களும் ஒருபுறம் தள்ளப்பட்டு மீண்டும் பழையகுருடி கதவைத் திறவடி என்ற கதை ஆரம்பமாகப்போகின்றது. இதிலும் தோற்றுப்போகின்றவர்கள். போரில்லாப் பிரதேசம் ஒன்று பிரகடனப்படுத்தப் பட்டிருந்தது என்பதனை இன்னமும் நம்பிக் கொண்டிருக்கும் அடுத்ததடவை அரசாங்கத் திற்கு வாக்களிக்கும் பாமரமக்கள் தான்.

kanapathi@thaiveedu.com



வீட்டு உரிமையாளர்களின்
2009ஆம் ஆண்டிற்கான வரிச் சலுகை

வீட்டு உரிமையாளர்களே 2009 ஆம் ஆண்டிற்கான வரிச் சலுகையை பெற இப்பொழுதே தயாராகுங்கள்.

வீட்டை புதுப்பித்தலுக்கான வருமான வரிக் கழிவு (Home Renovation Tax Credit - HRTC)

கடந்த சில மாதங்களில் உலகளாவிய ரீதியில் ஏற்பட்டுள்ள பொருளாதார மந்த நிலை கனடாவிலும் பெருமளவு பாதகமான தாக்கங்களை ஏற்படுத்தியுள்ளது அனைவரும் அறிந்த விடயம்.

நாடு முழுவதிலும் அநேக தொழில் நிறுவனங்கள் மூடப்பட்டு அதன் விளைவாக பல்லாயிரக்கணக்கான வேலை இழப்புக்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. வீடு விற்பனை, வாகனங்கள் விற்பனை என்பவற்றில் பெருமளவு வீழ்ச்சி ஏற்பட்டு மக்கள் மத்தியில் பதட்டமும் எதிர் காலம் பற்றிய நிச்சயமற்ற நிலைமையும் உருவாகி வருகிறது.

இந்த நிலைக்கு பரிகாரம் காண்பதற்கு மத்திய அரசும், மாகாண அரசுகளும் வெவ்வேறு விதமான பொருளாதார சீர்திருத்த நடவடிக்கைகளை எடுக்க ஆரம்பித்துள்ளன. இவ்வாறான செயற்பாடுகளில் ஒன்றாக, குடியிருப்பாளர்கள் தமது சொந்த வீட்டை திருத்துவதற்கான செலவுகளுக்கு வருமான வரிக் கழிவு வழங்கும் ஓர் திட்டத்தை கனடிய அரசு சமீபத்தில் அறிமுகம் செய்துள்ளது.

இந்த வருமானவரிக் கழிவு திட்டம் பற்றிய விரிவான விளக்கம் இந்த கட்டுரையில் தரப்படுகிறது.

வீட்டை புதுப்பித்தலுக்கான வருமானவரிக் கழிவு என்றால் என்ன?

இது இந்த வரிக்கழிவு திட்டத்திற்கு தகுதி பெறக்கூடிய குடியிருப்பாளர்கள் தங்களது வீட்டில் செய்யும் திருத்த வேலைகளுக்கும் அந்த வேலைகளுக்காக கொள்வனவு செய்த பொருட்கள் என்பவைக்குமான செலவு தொடர்பாக மீள் அளிக்கப்பட முடியாத வருமான வரிக் கழிவு (Non Refundable Tax credit) அதாவது வீட்டில் திருத்த வேலை செய்தால் மட்டுமே இந்த வரிக் கழிவுக்கு விண்ணப்பிக்க முடியும்.

வதிவிடத்தில் செய்யப்படும் திருத்த வேலைகளுக்காக, வருமானவரிக் கழிவுக்கு தகுதி பெறும் வதிவிடம் என்றால் என்ன?

2009ம் ஆண்டு தை மாதம் முதல், 2010ம் ஆண்டு பெப்ரவரி வரையான கால இடைவெளியில் ஒரு குடியிருப்பாளரின் முதன்மையான வதிவிடம் (Principal residence) இவ்வாறான வருமான வரிக் கழிவுக்கு தகுதிபெறுகிறது. பொதுவாகக் கூறினால் ஒருவர், அவரது கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள் ஆகியோர் வழமையாக வாழும் வதிவிடம் முதன்மையான வதிவிடம் என்று கருதப்படுகின்றது. இந்த அடிப்படையில் உங்களது வதிவிடம், உங்களது கோடைக்கால தற்கால வதிவிடம் (Cottage) ஆகியவை இந்த புதிய திட்டத்திற்கு தகுதிபெறுகிறது.

தகுதிகாணும் காலம் (Eligibility Period)

2009 ஜனவரி 27 முதல் 2010 பெப்ரவரி 1 வரையிலான காலப்பகுதியில் உங்களது வதிவிடத்தில் செய்யப்பட்ட திருத்த வேலைகள், இந்த வேலைகளுக்காக கொள்வனவு செய்யப்பட்ட கட்டிடப் பொருட்கள், கருவிகள் என்பவற்றிற்கான செலவுகள் ஆகியன வருமானவரிக் கழிவுக்கு தகுதிபெறுகின்றன.

இந்த வருமானவரிக் கழிவுக்கு தகுதிபெறக்கூடியவர்கள் யார்?

இந்த வரிக்கழிவு குடும்ப அடிப்படையில் அமைகிறது. ஒரு குடும்பத்திற்கு ஒரு தடவை மட்டுமே இவ்வகையான வருமான வரிக் கழிவு வழங்கப்படுகின்றது. இந்த வகையான வருமான வரிக் கழிவுக்கு தகுதி பெறக்கூடிய ஓர் வதிவிடத்தின் உரிமை இரண்டு அல்லது அதைவிடக் கூடிய எண்ணிக்கையான குடும்பங்களால் பகிர்ந்துகொள்ளப்படுமானால், ஒவ்வொரு குடும்பத்திற்கும் அவர்களுக்குரிய தனித்தனியான வருமான வரிக் கழிவு வழங்கப்படும். தகுதி பெற்ற செலவுகளின் அடிப்படையில் இந்த தனித்தனியான வருமான வரிக் கழிவு வழங்கப்படும். இவ்வாறு வழங்கப்படும் வரிக் கழிவின் உச்ச அளவுப் பெறுமானம் $1350.

இந்த வருமானவரிக் கழிவு எவ்வாறு கணக்கிடப்படுகிறது.

இந்த வரிக்கழிவு 2009ம் ஆண்டின் வரிக் கணக்கிடுதலுக்கு மட்டுமே பயன்படுத்தப்படும். 1000 டொலர்களுக்கு மேற்பட்டதாகவும் 10,000 டொலர்களுக்கு குறைவானதாகவும் உள்ள தகுதிபெறக்கூடியதான வீட்டுத் திருத்த செலவீனங்களுக்கு மட்டுமே இந்த வரிக்கழிவு பயன்படுத்தப்படும். ஒவ்வொரு ஆயிரம் டொலர்களுக்கும் 15 வீத வரிக்கழிவு என்ற அடிப்படையில் வழங்கப்படும். வருமான வரிக் கழிவு $150.00 என்று கணக்கிடப்படுகிறது. இதன்படி ஆகக்கூடிய $9,000 டொலர்களுக்கு மட்டுமே வருமான வரிக் கழிவு வழங்கப்படும். இந்த வருமான வரிக் கழிவின் உச்ச அளவு 9x150 = $1,350.00

தகுதிபெறக்கூடிய செலவீனங்கள் எவை?

ஒருவீட்டிலும் அதனுள் இணைந்துள்ள நிலப் பகுதியிலும் செய்யப்படும் திருத்த வேலைகளுக்காக தொழில் வல்லுனர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட பணம், திருத்த வேலைகளுக்காக கொள்வனவு செய்யப்பட்ட கட்டிடப் பொருட்கள், வாடகைக்கு பெறப்பட்ட உபகரணங்கள், கருவிகள் என்பவற்றிற்காக செலவு செய்த தொகை என்பன இந்த வருமான வரிக் கழிவினை பெறுவதற்காக தகுதி காணும் செலவீனங்கள் என ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.

இவ்வாறான செலவீனங்கள் ஒவ்வொன்றிற்கும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஆவணங்கள் /பற்றுச் சீட்டுக்கள் என்பன சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும்.

கனடிய வருமான வரித் திணைக்களத்தால் (Canada Revenue Agency) ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய ஆவணங்கள் எவை?

ஒப்பந்தங்கள் Invoices பற்றுச்சீட்டுக்கள் போன்ற ஆவணங்களில் திருத்த வேலைகளுக்காக கொள்ளளவு செய்யப்பட்ட பொருட்-கள் வழங்கப்பட் சேவைகள் பற்றிய பின்வரும் விபரங்கள் குறிப்பிடப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

- வர்த்தக நிறுவனம் அல்லது ஒப்பந்தக்காரரின் வியாபார முகவரி என்பனவும் (பொருத்தமான GST/HST வரி பதிவிலக்கமும்) குறிப்பிடப்பட வேண்டும்.
- கொள்வனவு செய்யப்பட்ட பொருட்கள் பற்றிய விபரமும், கொள்வனவு செய்யப்பட்ட திகதியும்.
- திருத்த வேலைகள் செய்யப்பட்ட திகதிகள், திருத்த வேலைகள் செய்யப்பட்ட இடத்தின் முகவரியும் செய்யப்பட்ட திருத்த வேலைகள் பற்றிய விபரமும்.
- பற்றுச்சீட்டிலுள்ள தொகையும் அதற்கு எவ்வாறு பணம் வழங்கப்பட்டதென்ற விபரமும். (பணம்/கடனட்டை/காசோலை)

ஒருவர் ஒரு வீட்டின் உரிமையாளராகவும் அதேசமயம் கோடைகால வதிவிடம் ஒன்றின் உரிமையாளராகவும் இருந்தால், இந்த வருமான வரிக் கழிவு எவ்வாறு செயற்படுத்தப்படுகிறது?

இவை இரண்டில் செய்யப்படும் திருத்த வேலைகளும் இந்த வருமான வரிக் கழிவு பெறுவதற்கு தகுதியானவை ஆனால், அந்த செலவுகளின் உச்ச வரம்புத் தொகை ஒரு குடும்பத்திற்கு $ 10,000 மட்டுமே.

Condominium, Corporative Housing, Corporation என்பவை தொடர்பான செலவீனங்கள் இவ்வகையான வருமான வரிக் கழிவு பெற தகுதியுடையவனவாம்.

இவற்றில் அனைவருக்கும் அனைவருக்கும் பொதுவானதான கூரை, நீச்சல் தடாகம் போன்றவற்றில் செய்யப்படும் திருத்த வேலைகளுக்காக தனிப்பட்ட ஒவ்வொரு குடியிருப்பாளரும் வழங்கிய செலவுத் தொகை இவ்வகையான வருமான வரிக் கழிவுக்கு தகுதியுடையனவாக அமையும்.



ஒரு வீட்டின் நிலக்கீழ் பகுதியை வாடகைக்கு விட்டிருந்தால் அதில் செய்யப்படும் திருத்த வேலைக்காக செலவழித்த பணத்தை இந்த வருமானக் கழிவுக்காக பயன்படுத்த முடியுமா?

இல்லை. ஏனெனில், ஒரு வீட்டின் பகுதியை வாடகைக்கு விட்டு வருமானம் பெறும் ஒருவர் அவர் தனது சொந்தப் பாவனைக்காக உபயோகப்படுத்தும் பகுதியில் ஏற்படும் செலவுகளுக்கு மட்டுமே வரிக் கழிவு பெற தகுதியுடையவராவார்.

இந்த வருமானவரிக் கழிவு பெறுவதற்கு தகுதியானதும் தகுதியற்றவையானதுமான செலவீனங்களுக்கான சில உதாரணங்கள்.

தகுதிபெறக்கூடியவை

- சமையலறை, குளியலறை, நிலக்கீழ் வதிவிடப் பகுதி என்பவற்றில் செய்யும் திருத்த வேலைகள்
- புதிய தரைக்கம்பளம் (Carpet)/வன்பலகை நிலத்தளம் (Hard Wood Floor)
- நீச்சல் தடாகத்தை அமைத்தல்.
- Deck, பூந்தோட்டப் பகுதியில் பொருட்கள் சேமித்து வைக்கும் Shed ஆகியவற்றை நிர்மானித்தல்.
- புதிய உழையடுப்பு (Furnace) நீர் சூடாக்கி (Water Heater), Fire Place
- வீட்டின் வெளிப்புறத்திற்கு அல்லது உட் பகுதிக்கு வர்ணம் தீட்டுதல்.
- மின் விளக்குகள், மின் சுழல் காற்றாடிகள் என்பன

தகுதிபெற முடியாதவை

- தளபாடங்கள், வீட்டு பாவனைக்குரிய கருவிகள், TV, VCR, DVD என்பன.
- தரைக் கம்பளத்தை சுத்திகரித்தல்.
- வீட்டைச் சுத்திகரித்தல்.
- பராமரிப்புச் சேவை ஒப்பந்தங்கள். உதாரணமாக: பனி அகற்றுதல், நீச்சல் தடாகத்தை சுத்திகரித்தல், தோட்டப்பகுதி மற்றும் புற்தரைப் பகுதியை பராமரித்தல்.

குறிப்பு 2009ம் ஆண்டுக்குரிய வருமான வரிப் பத்திரத்தை பூரணப்படுத்தி அனுப்பும் போது இவற்றிற்கான ஆதாரமான ஆவணங்களை அனுப்பத் தேவையில்லை. ஆனால், வருமான வரித் திணைக்களம் இவற்றைப் பார்வையிட விரும்பினால் அவற்றை வழங்குவதற்கு நீங்கள் ஆயத்தமாக இருக்க வேண்டும்.

இது போன்ற மக்களுக்கு நிஜய வாழ்க்கைக்கு தேவையான மேலும் பல கட்டுரைகளோடு மீண்டும் அடுத்த மாத 'தாய்வீடு' பத்திரைகையில் சந்திப்போம்.

mahen@thaiveedu.com

■ ■ ■

All your Real Estate needs



Judy Gnanendran
Sales Representative

416-629-9797

Attractive low mortgage Rate

3.15% 3year closed

3.69 % 4year closed

Office: 416-321-6969



Gnani Narasingham
Sales Representative

416-937-8090

Scarborough



$ 93,900
Condo Apt with 2 bedrooms
Newly painted and new Carpet
Step to TTC and Kennedy Mall
One parking and one Locker

Scarborough



$ 389,900
Detached Brick Bangalow
3 bedrooms /full washrooms
Ba sement apt with separate
entrance & 2bedrooms

Scarborough



$ 233,900
Condo Town House
3 bedroom/2 wash rooms
Low maintenance
Recently Renovated

Scarborough



$ 319,000
Semi Detached 2 Storey
3 bedrooms & one full &half
Newer house Wood floor,
walk to school and park

Scarborough



$ 389,000
Detached 2 Storey Brick Home
4 Bedrooms/ 2 full washroom
Basement finished Rec, Room
Step to Woburn School, TTC

Toronto



$ 564,900
Detached brick 2 Storey
4 bedrooms/ 3 full washrooms
Newer House w/ wood Floor
Approx 3,200 square feet

Scarborough



$ 899,000
Brand New Custom built home
Detached 2 story home
Approx 3700 sq ft 4 bedroms
Hardwood &Finished basement

Markham



$ 404,000
Power of Sale
4 Bedrooms/ 2 full washroom
Basement finished 2 bedroom
Apt with Separate entrance

Scarborough



$ 359,900
Detached 2 Storey Brick Home
3 Bedrooms/ 2 full washroom
Basement finished W/ Apart.
Close to U of Toronto TTC & shop

Markham



$ 299,999
Semi Detached 2 Storey
3 bedrooms & 2 full &half
Newer house Wood floor,
walk to school and park

Brampton



$ 349,900
Detached 2 Storey Brick vin. Home
3 Bedrooms/ 2 full washroom
Basement Part .finished .
Wood floor , close to bus & shop

Down town



$ 289,900
One bedroom condo with 9ft
ceiling, **Good investment**
tenant willing to stay
Step to union station, close to shop

Ajax



$ 399,900
Detached brick 2 Storey
4 bedrooms/ 3 full washrooms
Sep. Entra. To basement
Approx 2800 square feet

Toronto



$ 135,500
Power of Sale
Condo Apt with one bedroom+Den
Step to Kennedy station
One parking and one Locker

Vaughan



$ 419,000
Detached 2 Storey Brick Home
3 Bedrooms/ 2 full washroom
Huge lot ,nicely maintained
Wood floor , close to bus & shop



1st Prize



2nd Prize



3rd Prize

You have a chance to win !!!!!!



Brimley/Eglinton

$ 509,000
Attractive updated Medical/Prof Building
main floor has 5 fully equip.exam rooms
Good Investment, ***,tenant willing to Stay***
2 nd floor has 7 Ex rooms 2 washrooms
& Office. Idealy set up for all types of
Medical & Professional Practices



Markham / Steeles

For sale/Lease

$350,000

- For Sale and also for Lease (close to 700 Sq ft
- Brand new 2 Retail Store s Available
- In high traffic area /many usage Facing to Markham Road
- Near to Walmart / Price shoppers



HomeLife GTA Realty Inc., Brokerage*1711 Mccowan Rd, Suit # 206 Toronto, ON M1S 3Y3

அக்குபஞ்சர் வைத்தியம் (Acupuncture Treatment)

கந்தையா செந்தில்நாதன்
- Echo - Cardiogapher -

ACUS என்றால் லத்தீன் மொழியில் ஊசி என்று பொருள்படும். Pungue என்றால் குத்துதல் எனப்பொருள்படும். கி.மு. 2700-2600 வருட காலங்களில் சீனாவை ஆண்டு வந்த சீனச் சக்கரவர்த்தி Huang DI என்பவ ரால் இவ்வைத்தியம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது என சரித்திர ஆய்வுகள் கூறுகின்றன.

நாம் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கும் பூமியும் அதைச் சுற்றியுள்ள அண்ட சாஹரங்களும் ஒரே தொடர்ச்சியான முறையில் ஒன்றுக்கொன்று சார்பானதும், முரண்பட்டதுமான சக்திகளுக்கிடையே நிலைகொண்டிருப்பதால் அச்சக்திகள் மனிதனையும் தாக்குகின்றன என்பதையே சீன மருத்துவம் கொள்கையளவில் ஏற்றுக்கொண்டுள்ளது. அவற்றை YIN என்றும் YANG என்றும் அழைப்பார்கள். உடலில் ஏற்படும் இச்சக்திகளின் மாற்றத்தில் எமது சுக நிலை தங்கியுள்ளது. இவ்விரு சக்திகளும் சமநிலையில் இருப்பதால் எமது உடலில் ஒருவித 'உயிரூட்டும் அமிர்தம்' என்ற பாயி உருவாகி உடலின் சக்திக் கால்வாய்களினூடாகப் பாய்ந்து செல்லும். இவ்விரு சக்திகளும் சமநிலையில் இல்லாத பொழுது உடல் நோய்வாய்ப்படும்.

இவ்வைத்தியத்தில் சமநிலையில் அல்லாத பகுதிகளையும் அதற்குரிய புள்ளிகளையும் கண்டுபிடித்து மெல்லிய ஊசிகளால் துளையிட்டு அச்சக்திகள் சமநிலைப்படுத்தப்படும்.

இச்சிகிச்சை முறை மிகவும் இலகுவானதும், பாதுகாப்பானதும், திறம்பட தொழிற்படுவதும் பக்கவிளைவுகள் அற்றதுமாகும். நோய்க்குரிய சரியான புள்ளிகளை துல்லியமாகக் கண்டு பிடித்து அங்கே துளையிடுவதுதான் பிரதானமாகும். அரையங்குலம் முதல் ஆறு அங்குலம் வரையில் நீளமான அளவுகளில் ஊசிகள் உண்டு. உடற் பகுதிகளின் ஆழங்களிற்கு ஏற்ப வெவ்வேறு நீள அளவுள்ள ஊசிகள் பாவிக்கப்படும் மிகவும் கைதேர்ந்த வைத்தியர் ஒருவர் சிறிதும் கூட வேதனை உணரப்படாத அளவிற்கு அந்த ஊசிகளை மிகவும் விரைவாகவும், அதற்குரிய இடங்களிலும் ஏற்றிவிடுவார்.

வியாதிகளுக்கேற்ப ஊசிகளின் எண்ணிக்கை குறைந்தது மூன்றிலிருந்து பத்து வரை பாவிக்கப்படும். ஊசிகள் ஏற்றுவதற்கு அரை மணி நேரத்திற்கு முன்பு ஏதாவது சிறு உணவு அருந்தியிருப்பது நல்லது. ஏனெனில் ஊசி ஏற்றிய பின்பு உடலில் சக்தியோட்டம் உருவாகுவதற்கு குருதியில் குளுக்கோசின் அளவு பேணப்படுதல் வேண்டும். அல்லாதுவிடில் குளுக்கோசின் அளவு குருதியில் வீழ்ச்சியடைய அதனால் தலைச்சுற்று மயக்கம் என்பன ஏற்படலாம்.

எனது வைத்திய சேவைகளின் பொழுது ஆங்கில வைத்திய முறைகளுடன் மாத்திரம் நின்றுவிடாது இவ்வைத்திய முறையையும் பலருக்கு பயன்படுத்தி சிகிச்சையளித்துள்ளேன். பலர் அற்புதமான முறையில் பலனடைந்துள்ளார்கள்.

நோயாளியைப் பரிசோதித்தல்

- நோயாளியின் குணங்குறிகள் கேட்டறிதல்.
- நோயாளியின் வைத்திய சரித்திரம்





- நாளாந்த உணவுப் பட்டியல்
- மனம் சார்ந்த உளப் பிரச்சினைகள்
- ஏற்கனவே குடும்ப வைத்தியரிடம் சென்றிருந்தால் அவரால் வழங்கப்பட்ட அறிக்கைகளும் நோயைத் துல்லியமாக கண்டறிவதற்கு உதவும்
- உடற் பரிசோதனை அறிக்கைகள்.

கண்கள், காதுகள், மூக்கு, தொண்டை, நாக்கு, கைவிரல்கள், நகங்கள், தோல் என்பவற்றை அவதானிப்பதன் மூலம் சில நோய்கள் புலப்படலாம். உடலில் வேதனை உள்ள பகுதிகளை நோயாளியிடம் கேட்டு அப்பகுதிகளைச் சோதனை செய்வதன் மூலம் நோய்க்குரிய மூலகாரணங்களை அறிந்து கொள்ளலாம். நோய் எந்தப் பகுதியைப் பாதித்துள்ளது, எப்படி எவ்வளவு தூரம் பரவியுள்ளது, என்ன காரணம், நோய் ஏற்படுத்தக்கூடிய புறக் காரணிகள், அகக் காரணிகள் என்பன யாது என்பதை அறிந்த பின்பு எந்தப் புள்ளிகள் உடல் மீது துளையிடப்படுதல் வேண்டும் என்பதைக் குறித்துக் கொள்வார். சிகிச்சையின் பொழுது நோயாளி நாற்காலியில் அமரவைக்கப்படுவார், அல்லது கட்டிலில் மல்லாக்காகவோ குப்புறவோ படுக்கவைக்கப்படுவார். நோயின் இடம், தரம் என்பனவற்றைப் பொறுத்து அமரும் நிலைகள் வேறுபடும்.

அக்குபஞ்சர் புள்ளிகள் எங்கே அமைந்துள்ளன.

இப்புள்ளிகள் உடலெங்கும் ஓர் ஒழுங்கு முறையில் பரவியுள்ளது. இப்புள்ளிகளை மர்மப் புள்ளிகள் என்று ஆதிகாலத்தில் அழைத்து வந்துள்ளனர். மல்யுத்தம், மிருகங்-



களை அடக்கியாளுதல் போன்ற கலைகளில் இப்புள்ளிகள் பயன்படுத்தப்பட்டன. இம்மர்மப் புள்ளி என்ற பதம் மருவி தற்சமயம் வர்மப் புள்ளி எனும் பதமாக திரிபடைந்துள்ளது. ஓரிரு புள்ளிகள் மாத்திரம் மேற்கூறிய கலைகளில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

மருத்துவத்தில் புள்ளிகளைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு முறை ஒன்று உண்டு. உடற்கூற்றியல் அடையாளங்களை (Anatomical landmarks) முதன்மையாகக் கொண்டு எவ்வளவு தூரத்தில் எந்தத் திசையில் இப் புள்ளிகள் உண்டு என்று கணித்துவைத்துள்ளனர். ஒரு வீட்டின் விலாசத்தை வைத்துக்கொண்டு அந்த வீட்டைக் கண்டுபிடிப்பது போன்ற ஒரு முறையாகும். உடற்கூற்றியல் அடையாளங்கள் என்பன உடலில் நிரந்தரமாக உணரக் கூடிய வகையில் உள்ள அடையாளங்களாகும்.

இதயம் மலர்கிறது - 10

இப்புள்ளிகள் உடலில் உள்ள உயிரோட்டக் கால்வாய்கள் மீது காணப்படும். எமது உடலில் 12 சோடி உயிரோட்டக் கால்வாய்களுடன் 8 பிரத்தியேகக் கால்வாய்களும் உண்டு. மேற்கூறிய 12 சோடிகளில் 6 கால்வாய்களில் YIN சக்தியும் மறு 6 கால்வாய்களில் YANG சக்தியும் ஓடுகின்றன. ஒவ்வொரு கால்வாயும் உடலினுள் உள்ள 12 உள்ளுறுப்புக்களின் ஒவ்வொன்றைக் குறிக்கும்.

இதில் 6 கால்வாய்கள் திண்ம உடலுறுப்புக் களையும், மறு 6 கால்வாய்கள் குழிவான உடலுறுப்புக்களையும் குறிக்கும். இவ்வுறுப்புக்கள் எல்லாம் ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்பு உடையதாகி உட்புற – வெளிப்புற உறவுகளை தொடர்ந்து பேணிவரும். இப்படியாக ஓடும் கால்வாய்கள் எந்தெந்த உறுப்புக்களுடன் தொடர்புடையதோ அந்தந்த உறுப்புக்களின் பெயர் அக்கால்வாய்களுக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கும்.

வலைப்பின்னல் போன்ற இக்கால்வாய்கள் உடலுறுப்புக்களுடன் தொடர்புபட்டிருப்பதுடன் வெளிப்புறத்திலுள்ள உடலுடனும் அண்டத்துடனும் தொடர்பை ஏற்படுத்தி ஓர் பிரபஞ்ச சமநிலையை (Universal Harmony) மனிதனுள் ஏற்படுத்துகிறது. தற்கால விஞ்ஞானிகள் இந்த மர்மப் புள்ளிகளை அண்ட சாகரத்தின் சக்திகளுடன் தொடர்புகொள்ளும் யன்னல்களாக இருக்கலாம் என்று வர்ணிக்கிறார்கள்.

கால்வாய்களின் பெயர்கள்

சுவாசப்பைக் கால்வாய்
பெருங்குடற் கால்வாய்
இரைப்பைக் கால்வாய்
மண்ணீரல் கால்வாய்

13ம் பக்கம் பார்க்க...

இளையோர் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சனைகளும் பெற்றோரின் பங்கும்



சிவாஜினி பாலராஜன்

> வளரிளமை அல்லது புதுமலர்ச்சிப் பருவம் (*Adolescent*) எல்லோரது வாழ்விலும் வருவதுதான். இந்தப் பருவம் பற்றி நாம் பூரணமாக அறிந்து கொண்டால், எங்கள் பிள்ளைகள் இக்காலத்தைக் கடக்கும்போது, அவர்களது நிலையினை நன்கு உணர்ந்து, அவர்களுக்கு உதவ முடியும்.

இளமை என்பது ஒரு நம்பிக்கைக் காலம். இக்காலத்தில் தான் எதிர்காலம் மிகுந்த நம்பிக்கையுடன் நோக்கப் படுகின்றது. இளமைக் காலத்தில் இருக்கும் போது கருத்தியல்கள், கனவுகள், திட்டங்கள் ஆகியவற்றில் மனம் திளைத்து விடுகின்றது. இக் காலத்தில் என்னிடத்தில் என்ன உண்டு? என்ன இல்லை? இல்லாததை பெறுவது எப்படி? மற்றவர்களுக்கும் எனக்கும் என்ன வித்தியாசம்? என்னிடம் இல்லாதது மற்றவர்களிடம் என்ன இருக்கின்றது போன்ற ஆராய்வுகளும் இல்லாததையிட்ட கவலையும் கூட தோன்றும் காலம். என்னிடம் இது இருக்கின்றது மற்றவர்களிடம் இல்லை. ஆகவே நான் மகிழ்ச்சி அடைவேன் என ஒருபோதும் தோன்றாது. இருப்பதை நினையாது இல்லாததற்கு ஏங்கும் ஒரு காலமாகத் தான் இது பார்க்கப் படுகின்றது.

ஆணாக இருப்பினும் சரி பெண்ணாக இருப்பினும் சரி மிகவும் கவனமாக இருக்காவிடின், இக் காலம் தான் பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையினை முழுதுமாகத் திசை திருப்பி சில சமயங்களில் சில பிள்ளைகளை முழு இருட்டிலேயே தள்ளி விடுகின்றது. தற்போதைய பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையினை முழுமையாக ஆதிக்கப்படுத்தி இருப்பது அவர்களது நண்பர்கள் தான். சில சமயங்களில் பிழை எது சரி எது எனத் தெரிந்தாலும் கூட நண்பர்களைத் திருப்திப்படுத்தவும் அவர்கள் வழிச் செல்லவும் பல பிள்ளைகள் துணிந்து விடுகின்றனர். இதனால் தங்கள் எதிர்காலம் பாதிக்கப் படுகின்றது என சிந்திப்பதற்குக் கூட அவர்களுக்கு அவகாசம் கிடைப்பதில்லை.

இவ்வாறான இந்த நண்பர்களும் அவர்களது சேர்க்கையின் ஆதிக்கமும் உடையில் ஆரம்பித்து செல்லும் இடம் அருந்தும் பானம் இப்படிப் பலவகையில் சென்று சில சமயங்களில் மதுவுக்கும் ஏன் போதை மருந்துகளுக்கும் கூட சில பிள்ளைகள் அடிமைப் பட்டுப் போகின்றனர். சில சமயங்களில் பெற்றோர் தங்களுக்கு நல்லது செய்வதற்காகத் தான் செய்கின்றார்கள் என்று தெரிந்திருந்த போதிலும் அதனை ஏற்றுக் கொள்ளாது நண்பர்கள் காட்டியவழி சென்று விடுகின்றார்கள். அதாவது அவர்களுடைய மனதில் நண்பர்களும் நண்பர்களின் சேர்க்கையும் முதலிடத்தில் அமைந்து விடுகின்றது. இப்படியான பிரச்சனைகள் வரும்போது பெற்றோர் எவ்வாறு பிள்ளைகளுக்கு உதவலாம் என்பது ஒரு முக்கிய கேள்வியாக இருக்கின்றது.

நாகரிக மோகம் அதிலும் மிகவும் முக்கியமாக குறிக்கப்பட்ட பெயர் கொண்ட நிறுவனங்களின் தயாரிப்புக்களைப் பாவிப்பது (Name brand addict) என்பது எங்கள் பிள்ளைகளிடையே மிகவும் வேகமாக பரவி வரும் ஒரு நோய். பாடசாலை வளவில் ஆரம்பித்து பல வீடுகளில் நின்மதியினையும், குடும்ப அமைதியினையும் கெடுக்கக் கூடிய ஒரு நோயாக இந்த நோயானது அமைந்து விடுகின்றது. இந்த நோயின் ஆதிக்கத்திற்கு உட்பட்டிருக்கும் பிள்ளைகளை அதிலிருந்து மீளச் செய்வது எப்படி என்ற எண்ணம் பல பெற்றோருக்கு ஒரு சவாலாகவே இருக்கின்றது. பொருளாதார நெருக்கடிகள், வேலைப் பழு, வீட்டு நிர்வாகம், பிள்ளைகளைச் சமாளிக்க வேண்டிய பொறுப்பு இப்படிப் பல பிரச்சனைகள் பெற்றோரைக் குழப்பி மிகவும் ஒரு இக்கட்டான நிலையில் தள்ளி விடுகின்றதை பல இடங்களில் பார்க்கக் கூடியதாக இருக்கின்றது. இருந்த போதிலும் சில விடயங்களைப் பெற்றோர்கள் மிகவும் நுணுக்கமாக அலசி ஆராய்வதுடன் ஆவன செய்ய வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளார்கள்.

இவ்வாறான பிரச்சனைகளுக்கு நாங்கள் மட்டுமல்ல வேற்றினச் சமுக பெற்றோரும் முகம் கொடுக்க வழிவகை தெரியாது இருக்கின்றார்கள். பொதுவாக 13–19 பருவத்துப் பெண்களும் ஆண்களும் தங்கள் உடையில் செலுத்தும் அக்கறை அளவிலடங்காது. பெண்கள் அணியும் உடைகள் அல்லது அணிய விரும்பும் உடைகள் பெற்றோர் மனதில் பெரும் அதிருப்தியையும் அச்சத்தையும் உண்டாக்குவதாயே இருக்கின்றது. பொதுவாக நாங்கள் நினைக்கின்றோம் வெள்ளை இனத்தவர்கள் இதனைக் கண்டு கொள்வதில்லை என்று. ஆனால் அவர்களுடன் கலந்துரையாடும் போது சில விடயங்களை நாங்கள் புரிந்து கொள்ள ஏதுவாக இருக்கின்றது. அவர்களிலும் சிலருக்கு இவ் விடயங்கள் அதிருப்தியினைத் தருவதாயும் வீட்டில் குழப்பங்களை எதிர நோக்கவும் செய்கின்றது. இந்த வயதினருக்குரிய ஒரு பொதுப் பிரச்சனையாகவே கருதப்படுகின்றது.

எங்கள் பிள்ளைகளுக்கு தாங்கள் அணிய விரும்பும் உடைகளினை பெற்றோர் விரும்ப மாட்டார்கள் அல்லது பெற்றோருக்கு அவற்றில் உடன்பாடில்லை எனத் தெரிந்தாலும் அவர்கள் தங்கள் இளவட்ட அங்கீகாரத்தை மட்டும் சிந்திப்பதால் இவ்வாறான உடைகளை அணிய விரும்புவார்கள். தற்போதைய பெண்கள் Sensual உடைகளையே அணிய விரும்புவார்கள். இந்த Sensual உடை என்பது மற்றையோரின் கவனத்தை முகத்தைத் தவிர வேறு பாகங்களால் கவர முயலும் உடைவகையாகும். இவ்வாறான உடைகள் சினிமாவில் ஆதிக்கம் பெறுகின்றது. அதுவும் கூடுதலாக ஆங்கிலப்படங்களில் அளவுக்கதிகமாகவே காணப்படுவதால் இரண்டுங் கெட்டான் இளம் சமுதாயத்திற்கு அதிலுள்ள கவர்ச்சியும் நாட்டமும் மிகவும் அதிகமாக காணப்படும். இச் சினிமாக்கள் எங்கள் நடைமுறை வாழ்க்கைக்கு ஒத்து வராததாக இருப்பினும் அந்த மயக்கம் எங்களை நன்றாக ஆட்கொள்ளவே செய்கின்றது. இப் பிள்ளைகளை வழிக் கொணர்வதற்காக பெற்றோர்களாகிய நாங்கள் எங்கள் உடையில் மிகவும் கவனம் செலுத்த வேண்டியது முக்கியமாகின்றது.

பிள்ளைகள் தங்களுடன் நேரம் செலவழிக்க விரும்புவதில்லை என்பது பொதுவாக பல பெற்றோர்களின் நினைப்பாக இருந்த போதிலும் ஆய்வு ஒன்று சொல்கின்றது கூடுதலான பிள்ளைகள் தங்கள் பெற்றோர் தங்களுடன் நேரம் செலவழிப்பதில்லை என்று கூறுவதாக. இங்கு இரண்டு கூற்றுக்களையும் நாங்கள் ஒத்துக்கொள்ள வேண்டிய கட்டாயம் உண்டு. பொதுவாகப் பார்த்தால் பிள்ளைகளுக்கு பாடசாலைப் படிப்புத் தவிர அதாவது நடனம் சங்கீதம், ரியூசன் அல்லது விளையாட்டுக்கள் அது Hockey, Soccer போன்ற ஏதாவது ஒன்றில் ஈடுபடுத்தப்பட்டிருப்பார்கள். இதனால் பாடசாலையால் வந்த பிள்ளை சில மணி நேரமும் வீட்டில் இருக்க முடியாது அடுத்த நிமிடமே இவ்வாறான வகுப்புகளுக்குப் போக வேண்டி இருக்கும். அதேபோல் பெற்றோரும் ஒன்றில் இருவரும் வேலைக்குப் போபவர்களாக இருப்பார்கள். சில சமயங்களில் அம்மா அல்லது அப்பா இரவு வேலைக்குப் போபவராக இருப்பார். இதனாலும் பெற்றோருடன் செலவழிக்கும் நேரம் குறைகின்றது. இதனால் ஆகக் குறைந்தது சனி ஞாயிறுகளில் மட்டுமாவது அனைவரும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து உண்ணும் ஒரு வழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டால் பிள்ளைகளுடன் அளவளாவுவதற்கு சமய சந்தர்ப்பம் கிடைக்கக் கூடியதாக இருக்கும்.

எங்களை எங்கள் பிள்ளைகள் எவ்வாறு மதிக்க வேண்டும் என எதிர்பார்க்கிறோமோ அதேபோல் அவர்களையும் நாங்கள் மதிக்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் இருசாராருக்கும் ஒரு பரஸ்பர புரிந்துணர்வு ஏற்படும். மேலும் அவர்கள் செய்யும் நல்ல காரியங்களுக்கு அவர்களைப் பாராட்டக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு பாராட்டுவது அவர்களுக்கு நம்பிக்கையினையும் உற்சாகத்தையும் அளிக்கக் கூடியதாக அமையும். அதனால் மேன்மேலும் நல்லவற்றைச் செய்யவேண்டும் என்னும் ஒரு உத்வேகம் ஏற்படும் இது எங்கள் பெற்றோருக்கு ஒரு மிகவும் கடினமான விடயமாக இருக்கும் ஏனெனில் ஒரு பாடத்தில் பிள்ளை 90 புள்ளிகள் எடுத்திருந்தாலும் 95 எடுத்திருக்கலாமே எனக் கேட்கும் மனப்பக்குவமுள்ள மக்கள் தான் நாங்கள். இருப்பினும் பல பெற்றோர் தங்களை மாற்றிக் கொண்டு வருவதை அவதானிக்கக் கூடியதாக இருக்கின்றது. இப்போதெல்லாம் பல பெற்றோர் தங்கள் பிள்ளைகள் விரும்பும் துறையிலேயே அவர்கள் படிக்கட்டும் பெற்றோராகிய தங்களுக்கு விரும்பிய துறையினைத் தான் பிள்ளைகள் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும் என வற்புறுத்துவதில்லை. இருப்பினும் சில இடங்களில் இன்னும் பிரச்சனைகள் இருக்கவே செய்கின்றது.

பெற்றோருக்கும் சொல்லாமல் பாடசாலையில் வகுப்புக்களுக்கு சமுகமளிக்காது பாடசாலை நேரத்தில் நண்பர் குழாத்துடன் வெளியில் செல்லும் பிள்ளைகள் இருக்கிறார்கள். இவர்கள் இவ்வாறு செய்வதற்கு காரணம் என்ன என்று ஆராய்ந்தால் பெற்றோர்களாகத் தான் இருப்பார்கள். காலையில் வகுப்புகள் தொடங்கும் நேரம் பாடசாலையில் இறக்கி விட்டு மதியம் ஏற்றிக் கொண்டு வந்து சாப்பாடு கொடுத்து திரும்பவும் பாடசாலையில் இறக்கி நண்பர்களுடன் கதைக்கவோ பேசவோ இடைவெளி கொடாது நம்மவர்களில் சிலர் செய்வதால் தான் அவர்கள் இவ்வாறு செய்ய முற்படுகின்றனர். மிகவும் கடுமையான கட்டுப்பாடு, களவாக அந்தக் கட்டுப்பாடுகளை உடைத்துக் கொண்டு வெளியேறச் செய்துவிடும். எனவே நாங்களும் சிறிதளவாவது நண்பர்களுடன் சேரவும் நேரம் செலவழிக்கவும் சந்தர்ப்பம் கொடுக்க வேண்டும். பிள்ளைகளின் நண்பர்களையும் அவர்கள் குடும்பங்களையும் நாங்கள் நன்றாகத் தெரிந்து வைத்துக் கொண்டால் இவ்வாறான பிரச்சனைகளுக்கு இடமில்லை. அவர்கள் சேர்ந்து படம் பார்க்கப் போக விரும்பினால் நாங்களே அவர்களை கொண்டு போய் தியேட்டரில் விடலாம். அவர்களுடைய சின்னச் சின்ன ஆசைகளை நிவர்த்தியாக்கும் பட்சத்தில் பெரிய பிழைகள் நடைபெறுவதற்குரிய சாத்தியங்கள் குறையும்.

13ம் பக்கம் பார்க்க...

வீடு வியாபார நிலையம் வாங்க விற்க

$174.000



McCowan & Eglinton
2+1 Bedrooms 2 Washroom

$159.900



Weston & Sheppard
2 Bedrooms 2 Washroom

$419.000



Western & Rutherford
3 Bedrooms 3 Washroom
All Wood Floor

$369.000

PHOTO NOT AVAILABLE

Suunymeadow & Sandalwood
3 + 1 Bedrooms, 4 Washroom
Finished Basement

$415.000



Bramalea / Father Tobin
4 Bedrooms,3 Washroom
Hardwood Floor

In Cambridge

GAS STATION
WITH CONV.
+ LOTTO 649
+ WAREHOUSE
+GARAGE
$845.000

In Colborne

GAS STATION
CAR WASH & CONV.
$89.000
with Property.
$575.000

In Hamilton



$1,650.000

In Burlington



$159.000

In Fort Erie



$2,299.900

brightsun print - 416-845-6565

மேலும் பல GAS STATION களும் விற்பனை
நிலையங்களும் விற்பனைக்குண்டு

*Some conditions may apply

நம்பிக்கை நேர்மை நட்பான சேவைக்கும் அழையுங்கள்

சத்தி மருதப்பா

Sales Representative

(முழுநேர வீடு விற்பனை முகவர்)

416-816-1500

Affiliate Realty Inc.
Brokerage
208 - 80 Corporate Drive,
Toronto, Ontario M1H 3G5

Bus: 416-290-1200
Fax: 416-290-1900





HOMELIFE FUTURE REALTY

7 Eastvale Dr #205
Markham, Ontario
L3S 4N8

Office: 905-201-9977
Fax: 905-201-9229

Markham/Mjr.Mack



- Commercial Unit for Rent
- Mjr.Development in Progress
- Many Possible Uses

Middlefield/Denison



- 4+2 Bedrooms
- 4 Washrooms
- Finished Basement

Brimley/Denison



- 4+3 Bedrooms
- 5 Washrooms
- Fin.Basement w/sep.ent



**52" SONY LCD HDTV
INCLUDED
WITH EVERY HOME
PURCHASE***

* - Some Conditions Apply



LOKAN SUNDARAM
Broker

416-450-3984
lokan.homelife@gmail.com

**LOW INTEREST RATES!
OPPORTUNITY TO BARGAIN!
ACT NOW!!
BUY WITH LOKAN!**

இளையோர் எதிர்...

11ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

நன்மையும் தீமையும் விளையக் கூடிய விளைநிலமாக இருப்பது மாணவ மனம் என்றும் அதில் முதன் முதலில் நல்விதைகளை விதைக்கக் கடமைப்பட்டவர்கள் பெற்றோர்கள் எனவும் அன்று யாரோ ஒரு பெரியவர் சொல்லி வைத்துவிட்டுப் போயிருக்கின்றார். வீட்டில் அரவணைப்பும் ஆறுதலும் குறையும் போது அல்லது கிடையாத போது அவர்கள் வெளியில் கிடைப்பவற்றை உண்மையான அரவணைப்பாக நம்பி ஏமாந்து போகின்றனர். புலம் பெயர் நாடுகளில் இந்த வளரிளமைப் பருவத்தினருடன் பெற்றோர் சமாளிப்பதற்கு சிரமப்படுவத்தற்கு காரணமே இந்தக் கலாச்சார கலப்பு. பிள்ளைகள் இரண்டு இடத்திலும் தங்களை பொருத்திக் கொள்ளச் சிரமப்படுகின்றார்கள். இந்த நேரத்தில் நாங்கள் முற்று முழுதாக எங்கள் கொள்கைகளைத் திணித்து விடாது அவர்களுக்கும் சிறிது விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும்.

வளரிளமை அல்லது புதுமலர்ச்சிப் பருவம் அதாவது adolescent பருவம் எல்லோரது வாழ்விலும் வருவதுதான். இந்தப் பருவம் பற்றி நாம் பூரணமாக அறிந்து கொண்டால் எங்கள் பிள்ளைகள் இக்காலத்தைக் கடக்கும் போது அவர்களது நிலையினை நன்கு உணர்ந்து அவர்களுக்கு உதவ முடியும். வளரிளமைப் பருவம் என்பது ஒருவர் பிள்ளை நிலையிலிருந்து வளர்ந்தோர் நிலையடையும் மாற்றத்திற்குரிய பருவமாகும். இப்பருவ எல்லை 12 வயது தொடக்கம் 19 வயது வரையாகும். இப் பருவத்தில் உடலில் மாத்திரமன்றி எண்ணப் போக்கிலும் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. இம் மாற்றங்கல் அனைத்தும் அவரவர் சமூக, குடும்பப் பின்னணிக்கேற்ப நடைபெறுவதாக அறியப்படுகின்றது.

இக் காலத்தில் உடலில் விரைவான வளர்ச்சியும் மாற்றங்களும் ஏற்படும். இக் காலகட்டத்தில் பெண்களில் உயரம் ஏறக்குறைய 5 அங்குலங்களும் எடை 12 கிலோக்களும் ஆண்களில் உயரம் ஏறக்குறைய 9 அங்குலங்களும் எடை 25 கிலோக்களும் அதகரிக்கும் எனக் கருதப்படுகின்றது. இக்காலத்தில் தான் பூப்படைதல் நடைபெறுகின்றது. இவ்வாறான இவர்களது உடல் வளர்ச்சியானது அவர்களது சுய கருத்து உருவாக்கத்திற்கு உதவுகின்றது. இன்றைய ஆய்வுகளின் படி இக் காலகட்டத்தில் அவர்கள் உடல் வளர்ச்சி மட்டுமன்றி தமக்கென உலகத்தில் ஓர் இடத்தை உருவாக்கிக் கொள்வதற்காகத் தம்மை மதிப்பீடு செய்தலும், ஒன்றைச் சாதிப்பதற்கு உறுதி பூணுதலும், இப்பருவத்தில் இடம் பெறுகின்றன எனக் கருதப் படுகின்றது.

இப்பருவத்தில் பிள்ளைகள் பலவித மனவியல்புகளைக் கொண்டிருப்பார்கள். அவை யாவன

- எளிதிற் புண்படக் கூடிய மனநிலை பெற்றோர் சிறிய விஷயங்களுக்கு கண்டித்தால் அதைப் பெரிய விஷயமாக எடுத்துத் துன்புறுவார்கள்.
- தாங்கள்செய்வது சரி என்ற மனப்பான்மை. அதாவது நண்பர்களுடன் தாம் போக விரும்பும் இடத்திற்குப் போக பெற்றோர் அனுமதிக்காவிடின் தாம் போக வேண்டும் என்றும் அப்படிப் போக விரும்புவது சரி என்றும் வாதாடுவார்கள்.
- அனைத்தையும் பரீட்சித்துப் பார்க்கும் விருப்பம். உதாரணமாக நெருப்புச் சுடும் என்று அனுபவப்பட்டவர்கள் கூறினாலும் உண்மையில் சுடும்தானா என்று பரீட்சித்துப் பார்ப்பது இப்பருவத்திற்குரிய இயல்பாகும்.
- பெற்றோருக்கும் மற்றோருக்கும் பணியாத தன்மை.
- செயல்முறைக்கு ஒவ்வாத விஷயங்களைச் செய்ய வேண்டும் என்ற தீவிரம்.
- வலுவற்ற அதாவது fragile மனம். அதாவது தெரியாதவர்களுக்கு நடைபெறும் துன்பங்கள் கூட மனதைப் பாதிக்கும். வீட்டில் பெற்றோருடன் ஏற்படும் சிறிய சச்சரவுகளுக்கு மனமுடைந்து போவார்கள்.
- பெற்றோர் ஆசிரியரில் பிழை கண்டு பிடிக்கும் உள்ளப்போக்கு.
- உலகத்தில் இடம்பெறும் முக்கிய விஷயங்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வு. உதாரணமாக பூமி வெப்பமடைதல், சூழல் மாசடைதல், ஆபிரிக்க நாடுகளில் பஞ்சத்தால் மனிதர் இறத்தல், புதிய விஞ்ஞானக் கண்டுபிடிப்புகள் ஆகியன பற்றி அறிந்து அது பற்றித் தீவிரமாகச் சிந்திப்பார்கள்.
- தான் என்ற தனித்துவ உணர்வு ஏற்படுதல். அதாவது இதுவரை பெற்றோரின் கவனிப்புக்குக் கீழ் தம்மைப் பற்றிய உணர்வின்றி இருந்தவர்கள் இப்பருவத்தில் தங்களது தனித்துவம் பற்றிச் சிந்திப்பார்கள்.
- தொடர்பு சாதனங்களின் மூலம் பிரசித்தி பெற்றவர்களில் ஒருவித மனப்பதிவு ஏற்படும். சினிமா நடிகர்கள், பிரசித்தி பெற்ற பாடகர்கள், வேறும் பல பிரசித்தி பெற்றவர்கள் இப்பருவத்தவர்களது சிந்தனையில் அதிக இடத்தைப் பெற்றுக் கொள்வர்.
- வீட்டிலும் வெளியிலும் தமக்குள்ள உரிமைகள் எவையென அறிந்து அவற்றைப் பெற முயற்சிப்பார்கள்.
- மனநிலை (mood) அடிக்கடி மாற்றமடையும். எடுத்ததற்கெல்லாம் கோபம் வரும்.
- தமது தோற்றம் பற்றிய உணர்ச்சி முனைப்புடையவர்களாக இருப்பதுடன் தம்மைக் கவனிக்கும் பார்வையாளர்கள் இருப்பதாக எப்போதும் கற்பனை செய்வார்கள். தமது சகபாடிகள் உடுப்பது போன்ற ஆடைகளையே அணிய விரும்புவதுடன் அப்படி அணியாவிடின் அவர்கள் கேலி செய்வார்கள் என்று மனதுக்குள் எண்ணுவார்கள்.
- நேர்மை உணர்வு உடையவர்களாக இருப்பார்கள். அதாவது பெற்றோர் பொய் சொல்லக்கூடாது என்று கூறிவிட்டு ஏதோவொரு சந்தர்ப்பத்தில் பொய் சொல்ல நேர்ந்தால் இப்பருவப் பிள்ளைகள் ஏன் பொய் சொல்கிறீர்கள் என்று அவர்களைக் கண்டிப்பார்கள்.
- இரண்டு வேறுபட்ட நிலைகளில் எதில் தான் இருப்பது என்ற குழப்பம் (pole confusion) ஏற்படும். அதாவது தமிழ்ப் பிள்ளையாயின் தான் தமிழரைப் போல இருப்பதா அல்லது வெள்ளையர் போல இருப்பதா என்ற குழப்பம் ஏற்படும்.
- தம்மால் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவற்றை ஆணித்தரமாக மறுப்பார்கள்.
- விபத்து போன்ற அவல நிகழ்ச்சிகள் அவர்களது மனதில் நன்கு பதியும்.
- பெற்ரோரது கருத்துக்களை மறுப்பதுடன் அவர்களை விட தமது சகபாடிகளுடன் அதிக பாதுகாப்பு உணர்வைப் பெறுவார்கள். இதன் காரணமாகவே சிலர் பெற்றோரை விட்டு விலகித் தமது சகபாடிகளுடன் வாழ ஆரம்பிக்கிறார்கள்.

இப் பருவத்தில் பிள்ளைகள் தமது சூழலில் உள்ள பல விடயங்களால் செல்வாக்குறுகின்றனர். பாடசாலை, குடும்பம், அரசியல், நண்பர்கள், விளையாட்டுக்கள், மது, குழுக்கள், தொடர்பு சாதனங்கள், நாகரிகம், ஆண் பெண் உறவு இப்படி பற்பல விடயங்களினல் ஆதிக்கப்பட்டுவிடுவார்கள். இவற்றுள் முக்கயமாக பாடசாலையும் குடும்பமும் இருப்பதால் ஆசிரியர்களதும் பெற்றோரினதும் பங்களிப்பு மிகவும் சரியான முறையில் வழங்கப்பட வேண்டும்.

இதற்கு நாங்கள் செய்ய வேண்டியன

- இரு பகுதியினரும் ஒருவர் சொல்வதை மற்றவர் நன்கு கேட்க வேண்டும்.
- பிரச்சினைகள் ஏற்படும் போது பெற்றோரும் பிள்ளைகளும் பேசித் தீர்த்தல் மிக முக்கியமானது. சிலவற்றில் பெற்றோரும் சிலவற்றில் பிள்ளைகளும் விட்டுக் கொடுக்கவேண்டும்.
- பிள்ளைகள் கூறுவதை எப்போதும் நன்கு அவதானித்து பெற்றோர் விடையளிக் வேண்டும்.
- தமக்குப் பெற்றோரின் ஆதரவு எப்போதும் உண்டு என்ற நம்பிக்கையை அவர்கள் பிள்ளைகளுக்கு அளிக்கவேண்டும்.
- பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளுக்குப் பொதுவான மனிதப் பெறுமதிகளைச் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும்.
- தாயும் தந்தையும் பிள்ளைகளுக்கு முன் உதாரணமாக அமைய வேண்டும். உதாரணமாக புகை பிடிக்கும் தந்தை தனது மகனுக்கு புகைத்தலால் ஏற்படும் தீமைகள் பற்றிக் கூறும் தகுதியை இழக்கிறார். அதே போல சதா சிடுசிடுக்கும் தாய் தனது மகளுக்கு சாந்தமாக இருப்பதன் அவசியத்தை வலியுறுத்த முடியாது. எப்போதும் பிள்ளைகளின் முன்னால் வாதிடும் பெற்றோர் நல்ல உதாரணமாக விளங்க முடியாது.
- இப்பருவத்தில் பல குழப்ப நிலைகள் இடம் பெற்ற போதும் கல்வி கற்றல் என்பது இக்காலத்திலேயே நடைபெறுகிறது. உயர் நிலைக் கல்வி முழுவதும் இக்காலத்திலேயே இடம்பெறுகிறது. எனவே குழப்பங்களை நீக்கி பிள்ளைகள் மன அமைதியுடன் கற்பதற்கான சூழலை அமைத்துக் கொடுப்பது பெற்றோரின் கடமையாகிறது. பெற்றோரின் கவனிப்பையும் ஆதரவையும் இழந்த பிள்ளைகள் படிப்பிலும் பின்தங்குகின்றனர்.
- தற்போதைய பிரச்சனைகளில் முக்கியமானது எங்கள் வருமானத்தையும் மிஞ்சிய செலவைத் தரும் brand name உடுப்புக்கள். இவற்றினை முற்று முழுதாக வாங்கிக் கொடுக்காமல் விடுவது கூடாது. ஒன்றை யாவது வாங்கிக் கொடுக்க வேண்டும். ஆனால் அதனை வாங்குவதனால் எங்கள் மாதாந்த செலவில் நாங்கள் எவ்வளவு ஒதுக்கினோம் என்பதனையும் அதனால் எங்களுக்கு ஏற்பட்ட சிக்கலையும் புரிய வைத்தல் வேண்டும்.
- அடுத்த முக்கிய பிரச்சனை நாங்கள் தவறு செய்துவிட்டால் தயங்காது அது பிள்ளையாக இருப்பினும் சரி வாழ்க்கைத் துணையாக இருப்பினும் சரி பிள்ளைகளின் முன் மன்னிப்புக் கேட்பதில் நாங்கள் குறைந்து விட மாட்டோம். பதிலாக நிமிர்ந்து தான் நிற்போம். எனவே தயங்காது மன்னிப்புக் கேட்டுவிடல் வேண்டும். எடுத்த முடிவில் உறுதியாக இருந்து காட்ட வேண்டும். இவ்வாறு பல வழிளில் எங்கள் வீட்டிற்கும் நாட்டிற்கும் உகந்த பிள்ளைகளை உருவாக்கலாம்.

sivajini@thaiveedu.com

■ ■ ■

அக்குபஞ்சர் வைத்தி...

9ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இருதயக் கால்வாய்
சிறுகுடற் கால்வாய்
சிறுநீர்ப்பைக் கால்வாய்
சிறுநீரகக் கால்வாய்
இருதயச் சுற்று விரி கால்வாய்
உடற்குழிக் கால்வாய்
பித்தப்பைக் கால்வாய்
கல்லீரல் கால்வாய்

12வது கால்வாய் முதலாவது கால்வாயுடன் தொடர்புடையதாக இருப்பதனால் உயிரியல் சக்தியின் ஓட்டம் அக்கால்வாய்களினூடாக தொடர்ந்து ஓடியவண்ணம் இருக்கும். மேற் கூறிய ஒவ்வொரு உறுப்புக்களும் ஒன்றோடு ஒன்று தொடர்புடையனவாக இருக்கும்.

எமது உடலினுள் அமுதம் போன்ற வீரிய சக்தியை ஊட்டியவண்ணம் இருக்கும் உறுப்புக்கள் ஐந்து ஆகும். அவையாவன இருதய சுற்று விரியும் இருதயமும், சுவாசப்பை, மண்ணீரல், கல்லீரல், சிறுநீரகம் என்பனவாகும். உட்கொள்ளும் உணவை சமிபாடடையச் செய்து அவற்றை உறிஞ்சுவதுடன் கழிவுகளை அகற்றுவதற்குதவும் உறுப்புக்கள் ஆறு ஆகும். அவை இரப்பை, சிறுகுடல், பெருங் குடல், பித்தப்பை, சிறுநீர்ப்பை, உடற்குழி என்பனவாகும்.

இவ்வைத்தியத்தில் பின்வருவன மேலதிக உறுப்புக்களாகக் கொள்ளப்படும். அவை மூளை, கர்ப்பப்பை, ஆணுறுப்பு, எலும்பு மச்சை, எலும்புகள், மூளையின் போர்வைகள், பித்தப்பை என்பனவாகும். பித்தப்பை முன்னைய உறுப்புக்களுடன் குறிப்பிட்டிருந்தாலும் இங்கே பிரத்தியேக உறுப்பாகவும் கொள்ளப்படுகின்றது.

அக்குபஞ்சர் புள்ளிகள், தலை, காது, பாதம் ஆகிய பகுதிகளிலும் செறிந்து காணப்படுகின்றன. நோய்களின் இடம், தீவிரம் என்பவற்றிற்கேற்ப புள்ளிகள் தெரிவுசெய்யப்பட்டு மெல்லிய ஊசிகளால் துளையிடப்படும்.

பஞ்சபூத தத்துவங்களும் நோய் தீர்க்கும் அனுகுமுறைகளில் சேர்த்துக்கொள்ளப்படுவதனால் ஒவ்வொரு பூதங்களாலும் ஏற்படுத்தப்பட்ட நோய்களைக் கருத்திற் கொண்டு அப்பூதங்களின் சமநிலையைப் பேணுவதற்குரிய புள்ளிகள் தெரிவுசெய்யப்படும்.

ஏற்கனவே கூறப்பட்டுள்ள கால்வாய்களைத் தவிர மேலும் 51 கால்வாய்கள் உண்டு. அவற்றைப் பற்றிய தகவல் மிகவும் விரிவானது என்பதனால் அவற்றை இங்கு விபரிக்கவில்லை.

இவ்வைத்தியத்தில் நான்கு பாரம்பரியக் கொள்கைகள் உண்டு. இவை சட்டங்கள் (Laws)போன்றவை. அதாவது தந்தை – மகன், தாய் - மகள்; மதியம் - நள்ளிரவு, கணவன்-மனைவி உறவுமுறைச் சட்டங்களாகும். மேலே கூறப்பட்ட உறவுமுறைக் கொள்கைகளுக்கமைய சக்தி ஓட்டங்கள் ஓடிய வண்ணம் இருக்கும். ஒரு நாளில் 24 மணித்தியாலயங்கள், ஒரே நாளில் 12 கால்வாய்களிலும் சக்திகள் மாறி மாறி ஓடிக்கொண்டே இருக்கும். ஒரு கால்வாயில் சக்தியானது 2 மணித்தியாலயங்கள் வரை செறிந்திருக்கும். பின்பு அடுத்த கால்வாய்க்குச் சென்றுவிடும். இப்படியாக ஒரே நாளில் (12x2) 12 கால் வாய்களையும் தாண்டி மறுபடியும் முதற் கால்வாய்க்கு வந்துவிடும்.

என்னென்ன நேரத்தில் எத்தகைய ஓட்டங்கள் நடைபெறுகின்றன, எந்தக் கால்வாய்கள் பழுதுபட்டுள்ளன என்பதை அக்குபஞ்சர் வைத்தியர் கண்டறிந்து அதனை சீர் செய்வதன் மூலம்நோய்களைக் குணமடையச் செய்வார்.

உலக சுகாதார ஸ்தாபனம், அமெரிக்க மருத்துவ அக்குபஞ்சர் நிறுவனம் தமது அறிக்கையில் அக்குபஞ்சர் முறையால் பயனளிக்கக்கூடிய பல நோய்களைக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். அமெரிக்க மருத்துவ அக்குபஞ்சர் நிறுவனம் அவற்றிற்கு ஆதாரமாக மருத்துவச் சஞ்சிகைகளில் வெளிவந்த கட்டுரைகளையும் அக்குபஞ்சர் பாடப்புத்தகங்களையும் முன்வைத்துள்ளது. உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் அக்குபஞ்சர் சிகிச்சை முறையை மீளாய்வு செய்து அறிக்கை ஒன்றை வெளியிட்டுள்ளது. அதன் பிரகாரம் கீழே குறிப்பிட்டுள்ள நோய்கள், குணங்குறிகள், நிலைமைகள் போன்றவை அக்குபஞ்சர் சிகிச்சை முறையால் குணமடைந்துள்ளமை ஆய்வுகளால் நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது. அவற்றுள் சிலவற்றை இங்கு குறிப்பிடுகின்றேன்.

உடலில் ஏற்படும் ஒவ்வாமைத் தாக்கங்கள்
பித்தப்பை அழர்ச்சி
மன அழுத்தம்
வயிற்றோட்டம்
மாதவிடாயின் போது ஏற்படும் வேதனை
முகவாதம், தாடை, மண்டையோட்டு வாதம்
தோள்மூட்டு வாதம்
தலையிடி
கீழ்முதுகு வேதனை
கழுத்துநோவு
வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுப் புண்
சிறுநீரகத்தில் ஏற்படும் வேதனை
சுழுக்கு, முழங்கை வாதம்
பாரிசவாதம்

மேலும் பல நோய்கள் உண்டு. அவற்றை குறிப்பிட பல விளக்கங்கள் தேவைப்படுவதனால் தவிர்க்கப்பட்டுள்ளன.

senthil@thaiveedu.com

■ ■ ■

கொண்டோ வாங்குவது எப்படி?



S.K. பாலேஸ்
- வீடு விற்பனை முகவர் -

கொண்டோமியம் என்பது ஒரு கட்டிடத்தை யோ, கட்டிடத் தொகுதியையோ குறிப்பிடுவ தில்லை. வாசகர்களின் வசதிக்காக கொன்டோமினியத்தை 'கொன்டோ' என்றே அழைப்போம். இன்று ஒவ்வொரு கொண்டோவுக்கும் மூன்று வீரிகன் என்ற வீதத்தில் கட்டப்படுகின்றது. இவை அதி உயர் அல்லது குறைந்த உயரத் தொடர்மாடியாகவோ அல்லது தொடர் குடியிருப்புகள் (Town House) ஆகவோ இருக்கலாம். வியாபாரம் அல்லது தொழில் செய்யும் நிலையங்களாகவும் 'கொன்டோக்கள்' உள்ளன.

கொண்டோமியம் என்பது எந்தவொரு கட்டிடத்தை அல்ல அவர்கள் வாழும் சொத்தின் முக்கிய பகுதியான அக்கட்டிடத்தின் தனித் தனி பிரிவுகளாக வாங்கும் சொந்தக்காரர் கள் எப்படி எல்லோருக்கும் பொதுவான விடயங்களையும் பகுதிகளையும் பராமரிப்பது, நிர்வாகம் பண்ணுவது போன்ற விடயங்களை ஏற்று செயல்படுவதே. தங்கள் பகுதிக்குச் சொந்தம் கொண்டாடும் இவர்கள் பொதுவான விடயத்தைக் கவனிக்க ஒரு நிர்வாக அமைப்பிடம் அந்தப் பொறுப்பைக் கொடுப்பார்கள்.

கொன்டோ, உரிமையாளர்கள் இரண்டு விதமான உரிமையுள்ளவர்கள். முதலாவது அவர்கள் வசிக்கும் கட்டிடத்தின் பெரும் பகுதிகள் அவர்களுக்கு மட்டுமே சொந்தம். கட்டிடத்தின் பொதுவான பகுதிகளும் படிகள், கட்டிடத்தின் வெளிப்புறம், நீர்தாங்கி, வீட்டைச் சுற்றிவர உள்ள நிலம், எல்லைச் சுவர்/வேலி எல்லைக் கதவுகள், வெளியே உள்ள மின் விளக்கு பொதுச் சொத்தின் பராமரிப்பு, பாதுகாப்பு முதலியவற்றை நிர்வாகம் கவனித்து வரும். நிர்வாகத்துக்கான செலவை அங்கு வாழும் சகல குடியிருப்பாளர்களும் ஏற்றுக் கொண்டு மாதாமாதம் அத்தொகையை நிர்வாகத்திடம் ஒப்படைப்பார்கள்.

கொண்டோமினியம் சட்டம் விதிவிட, மற்றும் வியாபார / வர்த்தக கொண்டோக்களின் சொந்தத்தை/உரிமையைப் பேணிப்பாதுகாக் கிறது.

குடியிருப்பாளர்களான விடயங்களை மட்டுமே இக்கட்டுரையில் தருகின்றேன்.

கொன்டோ வாங்குவதில் என்ன நன்மை?

கொன்டோ வாங்குவதால் பல நன்மைகள் உண்டு. அவையாவன

- அவற்றின் விலை கொண்டோ அல்லாத வீடுகளை விட விலை மிகக் குறைவு.
- நடுத்தர மற்றும் சாதாரண மக்கள் குடியிருப்புக்களைச் சொந்தமாக வாங்க வசதியானது.
- நிலத்தின் பெறுமதி அதிகமான பிரதேசங்களில் குறைந்த விலைக்கு தனிநபர்கள் சொத்துக்கள் வாங்க ஏதுவாகிறது.
- வீட்டு பராமரிப்பு வேலைகள் பலவற்றை (புல்வெட்டுதல்/புல்தரை பூந்தோட்டம் பராமரித்தல், பனிபொழிவை அகற்றல், பாதுகாப்பு, கட்டிடத்தின் பொதுப் பகுதி களை பொதுவிநியோகம், வெளிப்புறப் பராமரிப்பு போன்றவை) நிர்வாகம் பொறுப்பேற்றுள்ளது.

நிர்வாகம் எடுக்கும் முடிவுகள் குடியிருப்பாளரின் அங்கத்துவ சபை உறுப்பினரால் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன.



கொன்டோமினியம் கோப்பரேஷன் என்றால் என்ன?

கொன்டோமினியம் கோப்பரேஷன் சொத்துக்களுக்கு உரிமை கொள்ளும் ஒரு நடை முறையாகும். கொன்டோமினியத்தின் செயற்பாடுகள் சரிவர இயங்க விசேட சட்டங்கள் உள்ளன. அவை Condominium actம் Declaration என்னும் இருசட்டத் தொகுப்புகள் எனப்படும்.

Declaration என்பது Corporationக்குள் உள்ள பொதுச் சொத்துக்களையும், தனிநபர் சொத்துக்களை இனம்காண உதவும். ஒவ்வொரு குடியிருப்பின் பரப்பளவைக் குறிப்பிடுவதுடன் எல்லைகளை வரைந்து துலக்கமாகக் காண்பிக்கிறது. என்ன பராமரிப்புக் குடியிருப்பாளர் பராமரிக்க வேண்டியது? எது பொதுப் பராமரிப்புக்குரியது என்பனவற்றை விளக்குவது 'டிக்கியநேஷன்'.

கோப்பறேஷனின் உபவிதிகள் கோப்பறேஷன் எப்படி அமைய வேண்டும், அதன் கட்டங்கள் எப்படி நடத்தப்பட வேண்டும், பொதுச் செலவிற்கான பணம் எப்படி சேர்க்கப்பட வேண்டும், சேர்க்கும் தொகை எவ்வளவு, குடியிருப்பாளர்கள் வசதிகள், பாதுகாப்பு முதலிய ஒழுங்குகளை விளக்குகிறது.

Declaration, Description, by Laws and Rules என்பன கொன்டோ கட்டிடக்காரர்களில் தயாரிக்கப்பட்டு 'கொன்டோ' உரிமையாளர்களால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டு (திருத்தங்களுடன்) குடியிருப்போரின் சகல குடியிருப்பு சம்பந்தமான பிரச்சினைகளையும் இச்சடங்குகள் மூலம் தீர்த்துக்கொள்ளலாம். இவை யாவும் திருப்திதராவிட்டால் குடியிருப்பாளர்கள் நீதிமன்ற உதவியை நாடலாம்.

வேறு விதமான கொண்டோமினியம் அபிவிருத்திகள் உண்டா?

மே 5ம் திகதி 2001ம் ஆண்டு முன்பு உருவாக்கப்பட்ட கொன்டோமினியங்களும் பல புதிய கொண்டோமினியம் பற்றிய சட்டங்களும் தரமான கொன்டோ கோப்பரேஷன்களாகும். 1995ல் கொண்டுவரப்பட்ட கொண்டோமினியச் சட்டம், வழமையான கொண்டோக்களை விட வேறு பலவிதமான கொண்டோக்களை உருவாக்குகின்றன. அப்படி உருவாக்கப்பட்ட கொண்டோ அபி விருத்திகள், வெற்று நிலங்கள், ஈட்டு நிலங் கள், பொது விடயங்கள், கட்டிட வளர்ச்சிப் பிரமாணம்.

வெற்று நிலம் - கொண்டோ அபிவிருத்தி செய்ய விரும்புபவர்க வெற்றுக் காணிகளை கட்டிடங்கள் இல்லாமலே கொன்டோமினியம் தொகுதியாகப் பதிவு செய்ய அனுமதிக்கிறது.

பொது விடயங்கள் என்பது வீதிகள், கழிவு நீரகற்றும் குழாய்கள் நீர்விநியோகம், பொழுதுபோக்கு வசதிகள் கொண்டது. கட்டப்படும் குடியிருப்புகள் ஒரேமாதிரியாக இருக்கவேண்டுமென்பதற்காக என்ன கட்ட லாம் என்ன கட்டப்படாது என குறிப்பிடுகிறது.

கொன்டோ குத்தகை

குடியிருப்புக்கள் கட்டப்படும் நிலம் அபிவிரு த்தி செய்பவர் காணியை விலைக்கு வாங்க முடியாது. இக்காணிகள் 40 வருடங்கள் தொடக்கம் 99 வருடங்கள் வரை குத்தகைக்கு எடுத்து அதில் குடியிருப்புகள் கட்டப்படும். குத்தகைக் காலம் முடிந்தால் மறுபடியும் புதுப்பிக்கலாம். குத்தகைக்காலம் முடிந்ததும் குடியிருப்பு குத்தகைக்கு விட்டவரிடம் திரும்பவும் வந்துவிடும்.

பொது கொன்டோமினியம் குடியிருப்பாளரின் பொது உபயோகத்திலிருக்கும் கொண்டோ மினியத்தின் பகுதிகளைக் கொண்டது. இவையனைத்தும் குடியிருப்பாளரின் பொதுச் சொத்துக்களாகும். இம்மாதிரியான அமைப்பிடம் குடியிருப்பு உரிமையாளர்கள், அனை வரும் சகல பொது உபயோகத்திலுள்ள பகுதிகளையும் ஒன்றாக உபயோகிக்கலாம். ஏனெனில் அவர்கள் அனைவருக்கும் அது உரித்தாவது.

ஆங்கிலத்தில் ஓட்றி எம். லூப் எழுதிய 'Buying a condominium' என்னும் நூலிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட முக்கிய விபரங்கள் தமிழில் தாய்வீடு வாசகர்களுக்காகத் தருகிறோம்'

skbales@thaiveedu.com



தண்ணீர் விரயத்தைத் தடுப்பது எப்படி?

வீடும் விடியலும் - 38



கடந்த இதழில் குறிப்பிட்டது போல வீட்டில் பல இடங்களில் தண்ணீர் விரயம் ஏற்படக் கூடிய சாத்தியம் இருக்கின்றது. தண்ணீர் விரயம் என்று கூறுவதை விட தண்ணீர்க் கசிவு அல்லது ஒழுக்கு என்று கூறுவது மிகப் பொருத்தமானது. சிறு துளி பெரு வெள்ளம் என்று பலரும் பொருத்தமில்லாத இடங்களில் பாவித்தாலும் இங்கு இது சாலவும் பொருந்தும். அதாவது கண்ணுக்கு இலகுவில் புலப்படாத நீர்க் கசிவு 3-4 மாதங்களிற்கு பின்னர் கட்டணவடிவத்தில் வரும் போது அது ஒரு பெரிய அளவாக இருக்கும். சாதாரணமாக 4 மாதத்திற்கு ஒரு முறை bill வருகிறது என்று எடுத்துக் கொண்டால் 120x24=2880 மணித்தியாலங்களுக்குரிய கசிவுக்கும் சேர்த்துத் தான் bill வருகிறது. ஏன்? 4மாத billஜப் பற்றிக் குறிப்பிடுகிறேன் என்றால் பலரும் bill வரும் வரை தண்ணீர் பாவனை எப்படி இருக்கிறது என்று சிந்திப்பதில்லை. ஆனால் bill வந்த பிறகு கட்டணம் அதிகமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அது பற்றி ஆராய முனைவார்கள். ஆனால் எந்த bill எப்படி வந்தாலும் கட்ட வேண்டிய தொகையை மட்டும் பார்த்து கட்டி முடிப்பது மட்டும் தான் சிலர் செய்வது என்பது வேறு விடயம்.

வீட்டு உரிமையாளர்கள் ஒவ்வொருவரும் மாதாந்தக் கட்டணங்கள் வருகின்ற போது சிறிது நேரம் செலவிட்டு அவற்றை கடந்த காலங்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பது மிகப் பலன் தரக் கூடிய ஒன்று. Hydro போன்ற bill களில் முந்திய மாத, முந்திய வருட செலவீனங்களை ஒப்பீட்டுரீதியில் இலகுவில் விளங்கக் கூடிய விதத்தில் CHART முறையில் போட்டு அவர்கள் அனுப்புவது, நுகர்வோர் அவற்றைப் பார்த்து ஒப்பீட்டு ரீதியில் என்ன நடக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்வதற்காகவே. அயலவர்களுடனும், உறவினர்களோடும் என்ன என்னவெல்லாம் ஒப்பிட்டுப் பார்த்துப் பேசுவோம். அது போல இந்த மாதாந்தக் கட்டணங்கள் பற்றியும் ஒப்பிட்டுக் கதைத்து உண்மைகளை அறிந்து நன்மை அடைய நினைப்பதில்லை.

தண்ணீர்க் கசிவு அல்லது ஒழுக்கு வீடுகளில் பொதுவாக 2 இடங்களில் இருக்கலாம் என்று குறிப்பிடப்பட்டது. அதில் கழிவறை முதலிடம் வகிக்கிறது. கழிவறையில் COMMODE உடன் இணைக்கப்பட்டிருக்கும் நீர்த் தொட்டி தான் நீர்க் கசிவில் முதலிடம் பெறுகிறது. அதாவது எமது கண்ணுக்குத் தெரியாதவாறு உள்ளே ஏற்படும் கசிவினால் மாதத்திற்கு $15-25 டொலர் வரை மேலதிகச் செலவு ஏற்பட வாய்ப்பிருக்கிறது.

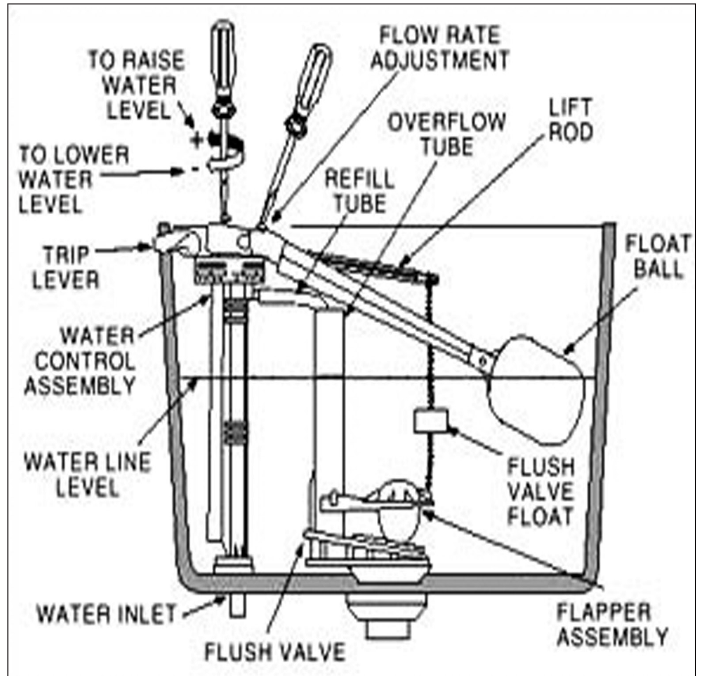
பல வீடுகளிலும் கழிவறைக்குரிய வெளிச்சத்தைத் தரும் மின் இணைப்பும் காற்றாடியும் (FAN) ஒரே SWITCHல் பொருத்தப்பட்டிருக்கும். இதனால் நாம் கழிவறையில் இருக்கும் போது மூடப்பட்ட, நீர்த் தொட்டிக்குள் ஏற்படும் கசிவினால் ஏற்படும் சத்தத்தை அறிந்து கொள்ள வாய்ப்பில்லை. நீர்த் தொட்டிக்குரிய மூடியைத் திறந்ததும் நீர்க் கசிவு இருந்தால் ஸ்ஸ்ஸ்... சத்தத்தின் மூலம் கண்டு கொள்ளலாம். அத்துடன் ஏதாவது ஒரு நிறத்தூளை (FOOD COLOUR) சிறிது கலந்தால் கசிவினை உடனடியாக COMMODEக்குள் பார்த்து விடலாம். TOILET TANKற்கு பாவிக்கக் கூடிய நீல நிற வில்லைகளை முதன் முறையாக பாவிக்கும் பட்சத்திலும் இதனை அறிய முடியும். ஆனால் FLUSH பண்ணிய பின்னர் நீர்த் தொட்டியில் இருக்கும் தண்ணீரும், COMMODEல் இருக்கும் தண்ணீரும் நிறம் மாறி விடுவதால் கசிவினைப் பிரித்தறிவது கடினம்.

படத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது போல் இத்தகைய நீர்க் கசிவு பொதுவாக FLAPPER VALVEல் தான் ஏற்படுகிறது. காலப் போக்கில் இறப்பரால் ஆன FLAPPERன் மென்மைத் தன்மை கெட்டுப் போவதால் கெட்டியாக மூடும் திறன் குறைகிறது. அத்துடன் நீரில் உள்ள கனிப் பொருட்களின் படிவும் இதனுடைய மூடும் திறனைக் குறைக்கிறது. இத்தகைய கசிவு கண்டவுடன் FLAPPERஐத் திருத்த முனைவதிலும் பார்க்க இதனை மாற்றிவிடுவது சிறந்தது. மிக இலகுவானது. மிக மலிவானது. $2.99 - $4.99 வரைதான்









செலவு ஏற்படும். $3 - 4 டொலர் செலவு செய்வதா? அல்லது மாதா மாதம் $15-$25 கட்டணமாக செலுத்துவதா? அது உங்கள் விருப்பம்.

பொதுவான பிரச்சனையாக இல்லாவிட்டாலும், தண்ணீர் மட்டம் சரியான முறையில் சரி செய்யப் படாவிட்டால் மேலதிக நீர் போய்க் கொண்டே இருக்க வாய்ப்பு உண்டு. படத்தில் குறிப்பிடப்பட்டிருப்பது போல் ஒரு SCREWஐ சரி செய்வதன் மூலம் நீர் மட்டத்தை கூட்டவோ அல்லது குறைக்கவோ முடியும். எனவே நீர் முற்றாக தொட்டியில் நிறைந்த பின்னர் தண்ணீர் OVER FLOW TUBE மூலம் போய்க் கொண்டிருக்கிறதா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். தண்ணீர் விரயத்தைத் தவிர்க்க இது முக்கியமானது.

FLAPPER ஒரு சங்கிலி மூலம் TRIP LEVER உடன் பொருத்தப் பட்டிருக்கும். சிறுவர்கள் FLASH பண்ணும் போது தங்களின் அவசரத்தையும் பலத்தையும் TRIP LEVERல் காட்டுவது வழக்கம். ஏன் வளர்ந்தவர்கள் கூட. இதனால் வேகமாக உயர்த்தப்படும் FLAPPER மேற் பகுதியில் சிக்கிவிடும் சந்தர்ப்பம் இருக்கிறது. அல்லது சங்கிலியின் நீளம் அளவுக்கு அதிகமாக இருந்தால் FLAPPERக்கு அடியில் மாட்டி விடவும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. நடமாட்டம் குறைந்த பகுதியில் இந்தக் கழிவறை இருந்தால் அடுத்த தடவை போகும் வரை தண்ணீர் விரயமாகிக் கொண்டிருப்பதை அறிய வாய்ப்பு இல்லை. அதுவும் நிலக் கீழ் அறையில் இப்படி ஒரு சம்பவம் நடந்திருந்தால் அடுத்த தடவை எப்போது நிலக் கீழ் அறைக்குப் போகப் போகிறோம் என்பது கேள்விக் குறியாகவே இருக்கிறது. எனவே வீட்டில் இருப்பவர்கள் சற்று அவதானத்தோடு இருப்பதன் மூலம் செலவைக் கட்டுப்படுத்தக் கூடிய வாய்ப்பு நிறையவே இருக்கிறது.

அதேவேளை "WATER CONTROL ASSEMBLY"லும் கூட பழுது ஏற்பட வாய்ப்பு இருப்பதால் அதனாலும் நீர்க்கசிவு அதிக "ஸ்ஸ்ஸ்" சத்தத்துடன் ஏற்படக் கூடும். இத்தகைய சூழ்நிலை ஏற்பட்டால் அதனையும் சேர்த்து மாற்றிவிட வேண்டியது தான். "TOILET REPAIR KIT" என்ற பெயரில் இவை விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. ஏறத்தாள $15.00 செலவாகும்.

கழிவறையில் ஏற்படும் நீர் விரயம் என்பது எமது வீட்டில் ஏற்படுவது மட்டுமல்ல. உலக நாடுகள் பலவற்றினதும் கவனத்தை ஈர்த்துள்ள பிரச்சினையாக இது உருவெடுத்து இருக்கிறது. வீட்டில் ஏற்படும் தண்ணீர்ப் பாவனையில் பொதுவாக 30%க்கு மேல் கழிவறை மூலமாக ஏற்படுவதாலேயே இது பல நாடுகளது கவனத்தையும் ஈர்த்துள்ளது.

1950ம் ஆண்டிற்கு முன்னர் கட்டப்பட்ட வீடுகளில் உள்ள மலசலகூடத்திற்குரிய நீர்த் தொட்டி 30 லீற்றர் பருமன் உடையதாக இருந்தது. 1980ம் ஆண்டிற்கு முற்பட்ட காலப் பகுதியில் இது 20 லீற்றராக இருந்திருக்கிறது. 1990களில் கனேடிய வீடுகளில் 13 லீற்றர் அளவுடைய நீர்த் தொட்டிகள் அறிமுகப் படுத்தப்பட்டன. அதன் பின்னர் 1996ல் ஒன்ராறியோ கட்டிட நிர்மாண விதிகளுக்கமைய நீர்த் தொட்டிகள் 6 லீற்றர் அளவு கொண்டதாக இருக்க வேண்டும் என்பது சட்டமாக்கப்பட்டிருக்கிறது. கனடாவில் எல்லா மாகாணங்களிலும் இது சட்டமாக்கப்படாவிட்டாலும் நடைமுறைப் படுத்தப்படுகிறது.

இத்தகைய ஒரு வரலாற்றுப் பின்னணி ஏன் இங்கு குறிப்பிடப் படுகிறது என்பதை வாசகர்கள் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். 1996ம் ஆண்டிற்கு பிற்பட்ட TOILETஐ ஒருவர் பாவிக்கும் போது 6 லீற்றர் தண்ணீர் மட்டுமே செலவிடப் படுகிறது. ஆனால் 1950ம் ஆண்டிற்கு முற்பட்ட TOILET ஆக இருந்தால் அங்கு இதனைப் போல் 5 மடங்கு தண்ணீர் செலவிடப்படுகிறது. அதாவது ஒருதரம் FLASH பண்ண 30 லீற்றர் தண்ணீர் தேவை. 1990ம் ஆண்டு காலப் பகுதிக்குரிய TOILET ஆக இருந்தால் இரண்டு மடங்கு (13 லீற்றர்) செலவாகும். எனவே பழைய வீட்டு உரிமையாளர்கள் சற்று சிந்திக்க வேண்டியிருக்கிறது.

பழைய வீட்டு உரிமையாளர்கள் தங்களது பழைய TOILETகளை WATER EFFICIENT TOILETக்கு மாற்றுவது பல நாடுகளிலும், பல மாகாணங்களிலும் ஊக்குவிக்கப்பட்டு வருகின்றது. அந்தவகையில் ஒன்ராறியோவிலும் இத் திட்டம் நடைமுறையில் உள்ளது. நீங்கள் புதிய TOILETக்குச் செலவிடும் தொகையில் ஒரு பகுதியை மீளப் பெற முடியும். சாதாரணமாக 2 PIECE TOILET கொள்வனவு செய்ய $150 - $200 டொலர் செலவாகும். அதில் 60-75 டொலர் வரை மீளப் பெறலாம். பின்வரும் இணையத் தளத்திற்குச் செல்வதன் மூலம் மேலதிக விபரங்களையும் விண்ணப்பப் படிவத்தினையும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.
www.toronto.ca/watereff/flush/index.htm

இணையத்தள வசதியில்லாதவர்கள் பின்வரும் இலக்கத்திற்கு அழைத்து மேலதிக தகவல்களைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். **416-392-7000**

Toronto மாநகர சபையால் சிபார்சு செய்யப்படும் மொடல்களின் பட்டியலை இணையத்தளத்தில் பெற்று அதன் படி பிரதியீடு செய்வதன் மூலம் ஏமாற்றங்களையும் சிரமங்களையும் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

நீர் விரயத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக "DUAL FLUSH TOILETS" அறிமுகப் படுத்தப் பட்டுள்ளது. அவுஸ்ரேலியா, அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் சுமார் 10 ஆண்டுகளுக்கு முதல் இவை அறிமுகப் படுத்தப்பட்ட போதிலும் கனடாவில் தற்போது தான் அறிமுகப் படுத்தப் பட்டுள்ளது.

அதாவது சலம் கழிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் 1/2 FLUSH செய்யவும், மலம் கழிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் FULL FLUSH செய்யவும் தக்க விதத்தில் இது அமைக்கப் பட்டிருக்கிறது. இதன் விலை ஏறத்தாழ $280 டொலர். காலப் போக்கில் பல நூறு டொலர்களை சேமிக்கும் விதத்தில் இது தயாரிக்கப் பட்டிருக்கிறது. நவீன தொழில் நுட்பங்கள் கழிவறையையும் விட்டு வைக்கவில்லை.

மேலதிக விபரங்களை கீழ்வரும் இணையத் தளத்தில் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

www.cmhc-schl.gc.ca/en/co/renoho/refash/refash_004.cfm

vela@thaiveedu.com

■ ■ ■

காந்தமலை

மெதுவாக ஆனால் நிச்சயமாக நாங்கள் கோடைகாலத்தில் அடியெடுத்து வைக்கின்றோம். கோடைகாலம் எனில் பிக்னிக்குகள் BBQ என களைகட்டுவது இயல்புதானே. மேலும் கோடையில் எமது உறவினர்கள் விரும்பி கனடா வருவார்கள். மற்றைய காலங்களில் இங்கு பனிமூடி இருப்பதாக அவர்களுக்கு ஒரு ஐதீகம். இந்த உறவினர்கள் கனடாவை சுற்றிப்பார்க்க விரும்புவது இயற்கைத்தான். அவர்களை ஒவ்வொரு வருடமும் Canada's Wonderlandஇற்கும் மிருகக்காட்சிச்சாலைக்கும் அழைத்துச்சென்று காட்டி களைத்துப்போய் இருப்பீர்கள். எனவே அடுத்த சில மாதங்களுக்கு வித்தியாசமான வியப்பான வினோதமான இடங்களை இங்கு தரலாம் என் நினைக்கிறேன்.

சென்றவருடம் கோடைகாலவிடுமுறையில் எனக்கு நியூ பிரன்ஸ்விக் (New Brunswick) மாகாணத்திற்கு பயணிக்கும் சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டது. அங்கு மொங்டன் (Monkton) எனும் இடத்தில் முதல்தரமாக ஒரு காந்த மலையைக் கண்டேன். இந்த காந்தமலையில் (Magnetic Mountain) வாகனத்தை மலையடிவாரத்தில் Neutralஇல் நிற்பாட்டினால் அது தானாகவே மலைமேல் ஏறிச்சென்றது. என்னால் நம்பவே முடியவில்லை. இடையில் வாகனத்தை பிரேக்போட்டு நிறுத்திவிட்டு மீண்டும் Neutral இல் விட்டேன் வாகனம் தொடர்ந்து மேலே சென்றது.

பலநூறு ஆண்டுகளுக்குமுன் விஞ்ஞானி ஐசாக் நியூட்டன் புவி ஈர்ப்பு விசைத் தத்துவத்தை கண்டுபிடித்தார். இதன்படி எல்லாப் பொருட்களும் உயரத்திலிருந்து கீழே புவி ஈர்ப்பினால் கவரப்பட்டு ஈர்க்கப்படும் எனவும் அதை கணிப்பதற்கான? வகுத்துத்தரப்பட்டது. அப்படியானால் உயரத்திலுள்ள வாகனம் பள்ளத்தை நோக்கிப்போக வேண்டுமேயன்றி பள்ளத்திலுள்ளது உயரச்செல்லக்கூடாதல்லவா? இது எப்படி நடக்கும் என்பதை அறிவதற்கு மின்கணனியின் உதவியை நாடினேன்.

எனது ஆராச்சியின் விளைவாக இத்தகைய ஈர்ப்பு சக்தியுடைய மலைகள் நியூ பிரன்ஸ்விக்கில் மட்டுமல்ல உலகின் பலபாகங்களிலும் காணப்படுகின்றது என தெரியவந்தது. உதாரணத்திற்கு இந்தியாவில் லக்நோ என்னுமிடத்தில் இத்தகைய ஒரு மலை உண்டு. அதுமட்டுமல்ல அவுஸ்ரேலியா, இங்கிலாந்து, பிரான்ஸ், ஜெர்மனி அமெரிக்கா என பல் வேறு நாடுகளிலும் இத்தகைய காந்தமலைகள் காணப்படுகின்றன. இது டொரன்டோவிற்கு மிக அருகாமையில் 55KM தூரத்தில் பேலிங்டன் எனுமிடத்தில் ஒரு காந்தமலை உண்டு. நயாகராவிற்கு போகும்வழியில் ஒரு பெரும் பாலம் இருப்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள். இத்தகைய இடங்களில் இரும்பு காந்தமாகி கவர்கிறதா? என்ற சந்தேகம் எழுந்தது. ஆனால் தரப்பட்ட அறிவுறுத்தல்படி இவை யாவும் பிரமையே. அதாவது வாகனங்கள் உண்மையில் மேல் நோக்கிச்செல்லவில்லை. நியூட்டன் கணித்தபடி கீழ்நோக்கிதான் செல்கிறது. எது எப்படி இருந்தாலும் குடும்பத்துடன் சென்று அதிசயிக்கக்கூடிய ஒரு சிறந்த பொழுதுபோக்கிடம் இதுவாகும்.

பேலிங்டனில் உள்ள காந்தமலை பற்றிய விபரம் முதன் முதல் 1985ம் ஆண்டில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ளதாக அறியத்தரப்பட்டுள்ளது. இந்த வீதி பொதுப்பாவனைக்குரிய வீதியாகையால் கட்டனம் ஏதும் இல்லை. ஆனால் அவதானமாக வீதிச்சட்டத்தை மீறாமல் இருப்பது முக்கியம். இந்த ஏற்றம் கிட்டத்தட்ட 200 யார் நீளமுடையது. இத்தூரத்தை கவர்ச்சியால் இழந்துவிடுவதற்கு 45 செக்கன்ட் வரை பிடிக்கும்.

காந்த மலைக்கு செல்லும் வழி

டொரன்டோவிலிருந்து 401 வழியாக செல்பவர்கள் QEW நெடுஞ்சாலையை எடுத்து பிரண்ட் தெரு (Brant Street) வில் வடக்கு நோக்கி வெளிவரவேண்டும். இது QEW இல் 101 Exit ஆகும். வெளிவந்தவுடன் வலதுபக்கம் திரும்பினால் முதல் சமிக்கை விளக்கில் North Side Roadஇல் இடதுபக்கம் திரும்பவேண்டும். எனவே Brant Streetஇல் வெளிவந்தவுடன் வலதுபக்கத்துக்கு திரும்பி உடனே இடது கரைக்கு சென்றால்தான் சமிக்கையில் இடதுபக்கம் திரும்பபுவதற்கு எழிதாக இருக்கும். அந்த சந்தியில் ஒரு Mall இருப்பதை காணலாம். சிறிது துூரம் இந்தவீதியில் செல்கையில் King Road வரும். இதில் வலதுபக்கம் திரும்பிச் செல்கையில்

குமார் புனிதவேல் பக்கம்

Bayview Pankயிணை கடந்தவுடன் வீதி வலது பக்கத்திற்கு திரும்பும். ஒரு இருநூறு யார் சென்றவுடன் நீங்கள் மலை உச்சியை அடைந்துவிடுவீர்கள். இதில் காரை வந்த வழிக்கு திருப்பினால் வாகனம் Ontario Hydro, Poner Line இற்கு கீழ்வரும். இவ்விடத்தில் 'Mortor Vehicle Prohibited' என்ற அறிவித்தல் இருப்பதை அவதானிக்கலாம். அத்துடன் உங்கள் வாகனம் தெற்குத்திசை நோக்கி நிற்கும். எது எப்படி இருப்பினும் அனுபவம் புதுமையானது. யாருமே மறக்கமுடியாது. இங்கு நீங்கள் பகிரங்கமான போக்குவரத்துப் பாதையில் நிற்பதை மறந்துவிடவேண்டாம். நீங்கள் பகிரங்க பாதையில் கடைப்பிடிக்கும் அத்தனை சட்டதிட்டங்களையும் இங்கு கடைப்பிடிக்க கடமைப்பட்டுள்ளீர்கள்.

வாகனத்தை Neutralலில் விட்டு உங்கள் காரின் Forn Way Flushes" போட்டுவைக்கத் தவறாதீர்கள். மற்றவர்களுக்கு ஒருபோதும் இடையூறு செய்யாது பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

இந்த காந்தமலையில் இழுப்பு நாளுக்கு நாள் வித்தியாசப்படுவதுடன் வாகனத்திற்கு வாகனம் வித்தியாசப்படும் என்பதை மறக்க வேண்டாம்.

உறவுகளுடன் சென்று மகிழ்ச்சியாக நாள் பொழுதை கழிப்பதற்கு வாழ்த்துக்கள்.

punithavel@thaiveedu.com

■ ■ ■

ஓய்வூதியங்கள்



எண்பதுகளில் புலம்பெயர்ந்து வந்து குடியேறிய தமிழ்மக்கள் பலரும் ஓய்வுபெறும் வயதை அடைந்து வருகின்றார்கள். எனவே ஓய்வூதியத்தைப் பற்றி விளக்கங்களை சற்று விரிவாகப் பார்ப்போம். அனேகமானவர்களுக்கு ஓய்வூதியம் அவர்கள் வேலை செய்வதை நிறுத்தியபின் முன்பிருந்த வாழ்க்கைத்தரத் தில் தொடர்ந்து இருப்பதற்கான செல்வத்தை தருவதாக இருக்க விரும்புவர். கூடிய ஆரோக்கியமும் நெடிய வாழ்க்கையும் உள்ள இக்காலகட்டத்தில் பலரும் தாம் வேலை செய்யும் காலத்தில் நேரப்பற்றாக்குறையால் ஈடேறமுடியாமல் போன கனவு களை செயற்படுத்துவதற்கு ஏற்றதாக வருவாய் இருக்க முயல்வது இயற்கையே. ஆகமொத்தத்தில் உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளுக்கு ஏற்றதாக ஓய்வூதியம் இருக்க வேண்டியது அவசியமாகும். இதற்கு எவ்வளவு ஓய்வூதியம் இருக்கவேண்டும் என்ற கணிப்புச் செய்ய வேண்டும்.

இக்கணிப்பு தங்கிருக்கும் காரணிகள்

எல்லோருக்கும் ஒரே கணிப்பாக இருக்க முடியாதாகையால் கீழே தரப்பட்ட வினாக்களுக்கு விடை காண்பதவசியம்.

- எப்பொழுது ஓய்வுபெறப் போகின்றீர்கள்?
- எங்கு வசிக்கப்போகின்றீர்கள்?
- என்னென்ன செயற்பாடுகளில் உங்கள் நேரத்தை செலவிடுவீர்கள்.?
- நீங்கள் பயணங்களை மேற்கொள்ளுவீர்களா?
- பெரும் விலையுள்ள பொருட்கள் ஏதும் பெற உள்ளதா?
- உங்கள் ஆரோக்கியத்தில் ஏதும் செலவுகள் உள்ளதா?

ஒருவருக்கு ஒருவர் வித்தியாசமாக இருப்பினும் ஒரு கணிப்பிற்கு ஓய்வு பெறுவதற்கு முன் வந்த வருவாயின் 75% முதல் 80% வருவாய் உள்ளதாகில் போதுமானதே. இதனை மேலும் தெளிவுபடுத்த ஒரு உதாரணத்தை கவனிப்போம்.

ஒன்டாரியோவில் வசிக்கும் 45 வயதுடைய ஒரு நபர் $100,000 வருடவருமானம் (வரி அறவிடமுன்) உள்ளவரை எடுத்துக்கொண்டால் அவர் ஓய்வுபெறும் தினம் 15முதல் 20வது வருடம் உள்ளது. நாம் எடுத்துக் கொண்ட நபர் 65வது வயதில் ஓய்வு பெறுவாராகில் அவரது RRSPஇல் $2,211,136 இருப்பு இருப்பதவசியம். $100,000 வருவாயில் RRSPஇல் இடக்கூடிய ஆகக்கூடிய தொகையான $13,500யினை ஒவ்வொரு வருடமும் சேமித்து வந்தால் அவர் மொத்த சேமிப்பு RRSPஇல் $320,000 ஏற்கனவே இருந்தால் அடையலாம். அதாவது 45வயதில் அவர் $320,000 சேர்த்து வைத்திருக்கவேண்டும். கீழே தரப்பட்டுள்ள அட்டவனை வருடாந்தம் மீளபெறும் தொகை தரப்பட்டுள்ளது.

வயது	வருடமீள்பெறும் தொகை	எஞ்சியுள்ள பணம்
65	144.500	2.231.967
70	167.515	2.282.719
75	194.196	2.198.531
80	225.126	1.890.784
85	260.983	1.890.242
90	302.551	0

இதில் பணவீக்கம் 3 வீதமாகவும் 8%வருடவராகவும் கொள்ளப்பட்டு அவர் 90 வயது வரை இருப்பார் என கணிக்கப்பட்டுள்ளது.

இதிலிருந்து தெரிவது என்ன?

- சில முக்கிய விடயங்களை உங்கள் ஓய்வூதியம் கணிக்கையில் கருத்திற் கொள்ள வேண்டும். அப்படிச் செய்தால் உங்கள் எதிர்பார்ப்புகள் கைக்கூடும்.
- உங்கள் தேவைகளை குறைப்பதற்காக கணிக்க வேண்டாம்.
- உங்கள் குறிகோளை அடைவதற்கு சேமிப்பதற்கு உகந்த நேரம் தற்போதாகும். பிந்தி ஆரம்பித்தால் கூடியதொகை சேமிக்க வேண்டிவரும்.



- நீங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை திட்டவட்டமாக தீர்மானித்து அவற்றை அடைவதற்கான வழிகைளை எவ்வளவு இளமையில் செய்கின்றீர்கள் என்பதில்தான் கனவு நனவாக மாறுவது தங்கியிருக்கும்.

அடமானக்கடனா அல்லது RRSP சேமிப்பா?

எங்கள் எல்லோருக்கும் தெரியும் நாம் வதியும் வீடு ஒரு பாரிய முதலீடு என்று. அதேவேளை எமது RRSPயிற்கு பணம் முதலீடு செய்வதன் அவசியத்தையும் அறியலாம். உங்களிடம் மேலதிகமான பணம் இருக்குமானால் மேல் கூறியவற்றில் எதில் முதலீடு செய்வது உசிதம் என நிதி வல்லுனர்களிடம் கேட்டால் இரண்டிற்குமே சரியான விளக்கங்களைத் தருவார்கள். எனவே வள்ளுவர் கூறியது போல், அதாவது 'எப்பொருள் யார் யார் வாய்க்கேட்பினும் அப்பொருள் மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவு' என்பதுபோல் மெய்ப்பொருள் எது என்று சற்று விளக்கமாக ஆராய்வோம்.

உங்கள் அடமானக்கடன் வரிகட்டியபின் உங்கள் வருவாயில் ஆகப்பெரிய செலவாகவிருப்பது இயல்பு. மேலும் நீங்கள் மேலதிகமாக கட்டும் ஒவ்வொரு டொலரும் கடன் தொகையை குறைக்க காரணமாயிருக்கும். இப்படி மேலதிகமாகக் கட்டுவது நீங்கள் மீள்கட்டும் கால எல்லையைக் குறைப்பதுடன் வட்டியாக கட்டும் தொகையும் பெரிதும் குறைக்கும்.

உதாரணத்திற்கு $100.000 அடமானக்கடன் 8% வட்டியில் பெற்று வருடம் ஒன்றிற்கு $5000 கட்டுவீர்களானால் வழமையாக கட்டும் 25 வருடம் அல்லாமல் 10 வருடத்தில் வட்டியாக கட்டும்தொகையில் $85,705 மீதப்படுத்துவீர்கள்! முதலீட்டுக் கோணத்தில் நோக்கினால் 8.5% அடமானக்கடன் விரைவாக கட்டுவது என்பது வரியில்லாமல் 8.5% முதலீட்டுக்குச் சமனாகும். மேலும் அடமானக்கடனை விரைவாக அடைப்பது மனநிம்மதியையும் மனநிறைவையும் தரும் என்பதை மறக்கலாகாது.

நாங்கள் அனைவரும் அறிவோம். RRSPயில் சேமிப்பது மிக அவசியமான விடயம் என்பதுடன், அப்படி RRSPயில் சேமிப்பதை எவ்வளவு இளமையில் ஆரம்பிக்கின்றோம் என்பதில். அதனால் ஏற்படும் பயன் தங்கியுள்ளது. பெரும்பாலான கனேடியர்கள் தமது ஓய்வூதியக்காலம் அண்மிக்கும் வேளையில் தான் அரசாங்க ஓய்வூதியம் தமக்குக் காணாது என்பதை உணருகின்றார்கள். மேலும் தாம் வேலைசெய்யும் கம்பனி ஓய்வூதின் பற்றாக்குறையும் தெரியவருகிறது. பொறுப்பில்லாமல் மகிழ்ச்சியாக வாழவேண்டிய ஓய்வுக்காலத்தில் அவர்கள் அன்றாட வாழ்க்கைச் செலவுக்கு வழி தேடவேண்டியிருக்கும்.

கடன்கட்டிமுடித்த வீடு உங்கள் ஓய்வூதியத்தை வளர்க்கமாட்டாது. மேலும் வதியும் வீட்டை விற்றுவிட்டு ஓய்வூதியக்காலத்தில் ஒரு சின்ன வீட்டை வாங்கி எஞ்சிய பணத்தை முதலீடு செய்வதால் 20 அல்லது 30 வருட ஓய்வூதியத்தை பெறுவது. இக்காலகட்டத்தில் வருடாவருடம் இயன்ற அளவு அதிகம் பணத்தை RRSPயில் முதலீடு செய்து வந்தால் களைத்து ஓய்வு எடுக்கும் காலத்தில் கவலைகள் இன்றி வரவைக் கொண்டு செலவுகள் செய்து மகிழ்ந்திருக்கலாம். வாழ்நாள் முழுவதும் நீங்கள் கஷ்ட்டப்பட்டு போராடுவீர்கள், எத்தனையோ ஆசைகளை அடக்கி வைத்திருப்பீர்கள். உங்கள் ஓய்வுக்காலம் கவலையின்றி அமைவது அவசியமல்லவா?

நீங்கள் ஞாபகத்தில் வைத்திருக்க வேண்டியது உங்கள் RRSP கொடுப்பனவுகளுக்கு வரிவிலக்கு உண்டு என்பதை. முதலீடுக் கோணத்தில் பார்ப்பதானால், நீங்கள் 50% வரி கட்டுவதற்கு ஈடாகும். மேலும் நீங்கள் கவனிக்கவேண்டிய விடயம் RRSPயில் வரும் கூட்டு வட்டித்தொகைக்கு வரிவிலக்கு தரப்படுகிறது. அதாவது 50% வரி கட்டும் ஒருவர் RRSPயில் செய்த முதலீடு 10% வருவாயை தருவது RRSPஇற்கு வெளியில் 20% வருவாய் பெறுவதற்கு ஈடாகும்.

அனேகமானவர்களுக்கு அடமானக்கடனை குறைத்து அதேவேளை RRSPயில் முதலீடு செய்வது மிகக்கடினமான விடயமாயுள்ளது. இதனால்தான் அவர்கள் அடமானக்கடனை மீளகட்டுவதா அல்லது RRSPயில் முதலீடு செய்வதா என்ற ஒரு தீர்மானத்தை எடுக்க வேண்டியுள்ளது. எனவே பலரும் அடமானக் கடனை மீள்கட்டுவது அல்லது RRSPயில் வைப்பது என்ற முடிவை எடுக்கின்றார்கள்.

காவியமா? ஓவியமா? என்ற இந்தக் கேள்விக்கு ஒரு நல்ல தீர்ப்பு இயன்ற அளவு RRSPயில் பணத்தை இருப்புவைத்து அதனால் வரும் வரிப்பணத்தை அடமானக் கடனை குறைப்பதற்கு பாவிக்கலாம்.

-வளரும்-

kalyany@thaiveedu.com



தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

Pap சோதனை என்றால் என்ன?

(Pap Test)

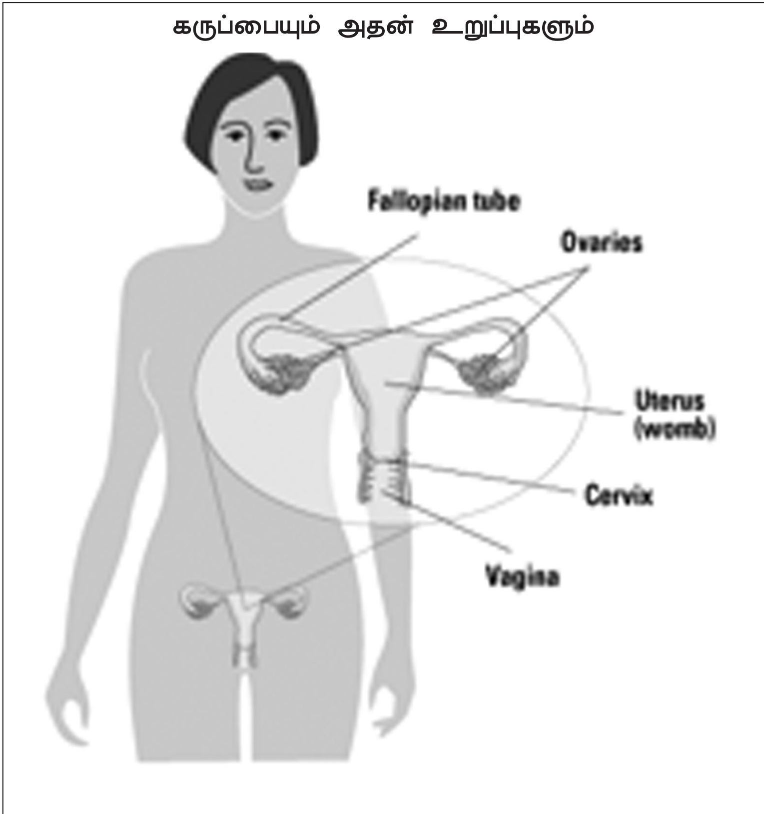

ஜீவா திசைராஜா

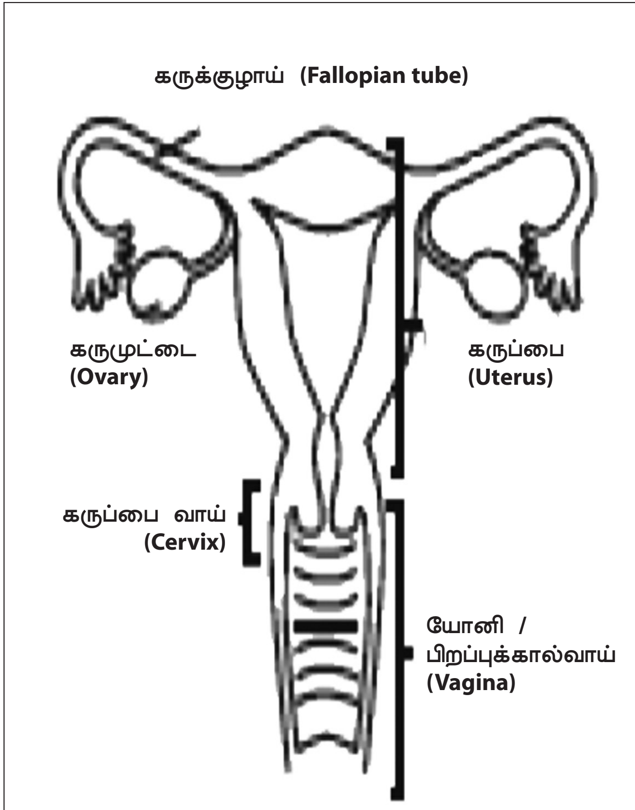
பொதுவாக அநேகமான பெண்கள் இந்த Pap சோதனை பற்றி ஒருபோதும் கேள்விப் படாதவர்களாகவே இருக்கின்றனர். வருடாந் தம் பொதுவான மருத்துவப் பரிசோதனை செய்து கொள்ளும் பெண்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டிய முக்கியமான உயிர்காக்கும் பரிசோதனை இதுவாகும். கடந்த மார்ச் 22, 2009 இல் UK இன் தொலைக்காட்சி நடிகை Jade goody தனது 27 ஆவது வயதில் கருப்பை வாய் புற்றுநோயால் காலமானார் என்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்கலாம். இது பிரபலமானவர்களை மட்டுமல்ல சாதாரணமானவர்களையும் எந்த வயதிலும் தாக்க லாம். இது பற்றி விளக்குவதற்காகவே இந்த மொழி பெயர்ப்புக் கட்டுரை தரப்படுகின்றது.

Papanicolaou சோதனை என்பது Pap smear, Pap test, cervical smear அல்லது smear test என அழைக்கப்படும். இது கருப்பை வாயில் (Cervix) புற்றுநோய்க்குரிய மாற்றங்கள் காணப்படுகின்றனவா என்பதை அறிய மேற் கொள்ளப்படும் பரிசோதனையாகும். இவற்றுள் சேகரிக்கப்பட்டு அசாதாரண தன்மை எதுவும் காணப்படுகின்றதா என நுணுக்குக் கண்ணாடி மூலம் பரிசோதிக்கப்படும். இது கருப்பை வாயில் புற்றுநோயிற்குரிய மாற்றங்கள் ஏதும் ஏற்பட்டிருக்கிறதா என்பதை கண்டறிவதை நோக்கமாகக் கொண்டது. இந்த மாற்றங்கள் பொதுவில் மனித பப்பிலோமா வைரஸ்களால் (Human papillomaviruses – HPVs) பாலியல் ரீதியில் கடத்தப்படுவதாகும். இது புற்று நோயிற்கு முந்திய அறிகுறிகளையும் கருப்பை புற்று நோயையும் அரம்பத்திலேயே கண்டறிவதற்காக பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு முறையாகும். இந்த சோதனையானது கருப்பைகழுத்தின் (cervix) உட்சுவரிலும், கருப்பையின் (Uterus) உட் சுவரிலும் ஏற்படும் அசாதாரணமான நிலைமை களையும் தொற்று நோய்களையும் கண்டறியும். கருப்பை கழுத்து (Cervix) என்பது கருப்பையின் (Uterus/womb) கீழ்ப்பகுதியில் பிறப்புக் கால்வாயினுள் (Vagina) திறக்கின்றது.

தமது வாழ்நாளில் ஒரு தடவையாவது Pap டக்கும்:

- ஓர் துணைவருடன் பாலியல் தொடுகை கொண்ட பெண்கள்
- அதிக காலமாக பாலுறவு கொள்ளாத பெண்கள்
- பெண்களுடன் பாலுறவு கொள்ளும் பெண்கள்
- மாதவிடாய் நிற்கும் காலத்தை அடைந்த பெண்கள் (மாதாந்த இரத்தப் போக்கு இல்லாமல் போன).
- நீங்கள், 21 வயது அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால்
- 21 வயதிற்கு குறைந்தவராக அதே சமயம் 3 வருடங்கட்கு அல்லது அதற்கு மேற்பட்டு பாலியல்ரீதியில் இயக்கமுடன் இருந்தால் Pap சோதனை செய்ய வேண்டும்.
- Pap சோதனைக்கு எந்த வயது வரம்பும் கிடையாது. மாதவிடாய் நின்று போன பெண்களும் கூட ஒழுங்கான Pap சோதனை செய்ய வேண்டும். 65-70 வயதுக்கிடைப்பட்ட





பெண்கள் 3 சாதாரண Pap சோதனைகட்கு பின் மற்றும் கடந்த 10 வருடங்களில் அசாதாரணமான முடிவுகள் எதுவும் இல்லாதிருந்தால் இந்த சோதனையை நிறுத்துவது பற்றி தமது வைத்தியருடன் கதைக்கலாம்.

எவ்வளவு காலத்திற்கு ஒரு தடவை நான் Pap சோதனை செய்ய வேண்டும்?

இது உங்கள் வயதிலும் ஆரோக்கிய வரலாற்றிலும் தங்கியுள்ளது. எது உங்களுக்கு நல்லது என்பது குறித்து உங்கள் வைத்தியருடன் பேசுங்கள். அநேகமான பெண்கள் பின்வரும் இந்த வழிகாட்டுதல்களைப் பின் பற்றலாம்:

- நீங்கள் 30 வயதிற்கு குறைந்த வயதுடையவராயின் Pap சோதனையை ஒவ்வொரு வருடமும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.
- 30 வயது அல்லது அதற்கு கூடியவராகவும் 3 சாதாரண Pap சோதனைகளும் செய்திருந்தால் குறைந்தது உங்கள் வைத்தியருடன் கதைத்து ஒவ்வொரு 2 அல்லது 3 வருட இடைவெளிகளில் செய்யக் கூடியதாக ஒழுங்கு செய்யுங்கள்.
- 65 இலிருந்து 70 வயதாக இருந்து 3 சாதாரண Pap சோதனையுடன் கடந்த 10 வருடங்களில் Pap சோதனை மூலம் அசாதாரணமான முடிவுகள் எதுவும் பெறாதிருந்தால் Pap சோதனைகளை நிறுத்துவது குறித்து உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் கலந்துரையாடுங்கள்.

கணிசமானளவு மாற்றங்கள் சிகிச்சை செய்யப்படக் கூடியவை. இதன் மூலம் கருப்பை வாயில் ஏற்படும் புற்று நோயை (Cervical cancer) குணப்படுத்த முடியும். Georgios Papanikolau எனும் பிரபல கிரேக்க வைத்தியரால் இந்த சோதனை கண்டறியப்பட்டதனால் அவரது பெயர் இந்த சோதனைக்கு வைக்கப்பட்டது. இதனை விட Aurel Babes என்பவராலும் இந்த சோதனை தனியாக கண்டறியப்பட்டது. குதவழி Pap சோதனையானது குதவழியில் ஏற்படும் புற்றுநோயைக் கண்டறிய பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

பாலியல் உறவு கொள்ளும் பெண்கள் ஒழுங்கான Pap சோதனை செய்து கொள்ள வேண்டுமென பொதுவாக அறிவுறுத்தப்படுகின்றது. எவ்வளவு காலத்திற்கொரு தடவை செய்ய வேண்டுமென்பது தனிநபர்களுக்கேற்ப வருடத்துக்கு ஒரு முறையிலிருந்து ஐந்து வருடங்களுக்கு ஒரு முறையாக வேறுபடும். இந்த சோதனை முடிவுகள் அசாதாரணமானவையாக இருந்தால் அசாதாரணமான தன்மையின் அடிப்படையில், இந்த சோதனையானது மூன்று மாதத்தில் இருந்து 12 மாதங்களுக்கு ஒரு தடவை அடிக்கடி செய்யப்படல் வேண்டும். இந்த அசாதாரண தன்மையை மிகவும் நுணுக்கமாக பரிசோதனை செய்யப்பட வேண்டுவதாக இருந்தால் கருப்பையில் Colposcope எனும் கருவி மூலம் (Colposcopy) பரிசோதனை செய்யப்படும்.

இந்த சோதனையில கருப்பை வாயில் (Cervix-லத்தின் மொழியில் 'கழுத்து' என பொருள் படும்) உள்ள கலங்கள் ஓர் கருவி மூலம் சோதனை செய்து கொண்ட பெண்களுக்கு புற்றுநோய் ஏற்படும் சந்தர்ப்பம் மிகக் குறை வாகவே உள்ளது.

ஏன் Pap சோத னை தேவை?

Pap சோதனையானது உங்கள் உயிரைக் காப்பாற்றும். இது கருப்பை வாயில் ஏற்படக் கூடிய புற்றுநோயின் ஆரம்ப அறிகுறிகளைக் கண்டறியும். ஆரம்பத்திலேயே கண்டறியப்பட்டால் கருப்பை வாய் புற்றுநோயைக் குணப்படுத்தும் சந்தர்ப்பங்கள் அதிகமாகும். Pap சோதனை மூலம் புற்று நோய்க் கலங்களாக மாறக் கூடிய தொற்றுக்களையும், அசாதாரணமான கருப்பைவாய் கலங்களையும் கண்டறியலாம். அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் கருப்பைவாய் புற்றுநோய் விருத்தியாவதை சிகிச்சைகள் மூலம் தடுக்கலாம். ஒழுங்கான Pap சோதனைகள் மூலம் கருப்பை வாய் புற்றுநோய் மற்றும் இறப்புக்களின் எண்ணிக் கையில் அதிகளவில் குறைவு ஏற்பட்டுள்ளது.

எல்லாப் பெண்களுக்கும் Pap சோதனை தேவையா?

எல்லாப் பெண்களும் இடுப்பெலும்பு பரிசோதனைகளுடன் (Pelvic exams) Pap சோதனை செய்து கொள்வது தமது ஒழுங்கான சுகாதார பராமரிப்பின் ஒரு பகுதியாக முக்கியமானதாகும்.

எப்போதாவது எந்தவொரு விதமாகவும் பாலியல் தொடர்பு கொண்ட எல்லா பெண்களும் முறையான Pap பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். இது பின்வருவோரை உள்ள-

நீங்கள் எத்தனை வயதானவராக இருந்தாலும் பின்வரும் நிலமைக்கு நீங்கள் உட்பட்டிருந்தால் ஒவ்வொரு வருடமும் Pap சோதனை செய்தல் வேண்டும். அத்தகைய நிலைமைகளாக:

- உறுப்பு மாற்ற சத்திர சிகிச்சை மேற்கொண்டவராக அல்லது கீமோதெரபி செய்வதனால் உங்கள் நோயெதிர்ப்புச் சக்தி பலவீனமாக இருந்தால்,
- உங்கள் தாயார் கர்ப்பமாக இருந்தபோது கருச்சிதைவைத் தடுக்கும் மருந்து (diethylstibetal DES) எடுத்திருந்தால்,
- நீங்கள் HIV நோய் தொற்றிற்கு உட்பட்டிருந்தால்,

ஒவ்வொரு வருடமும் Pap சோதனை செய்ய வேண்டும்.

AIDS இற்கு வழிவகுக்கும் HIV வைரஸ் உடன் வாழும் பெண்கள் கருப்பைவாய் புற்றுநோய் மற்றும் கருப்பைவாய் தொடர்பான நோய்களுக்கு உட்படும் அபாயம் உண்டு.

யாருக்கு ஒழுங்கான Pap சோதனை தேவையில்லை?

65 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்களிற்கு அநேக சாதாரண Pap சோதனைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு அவர்களது வைத்தியரால் இந்த சோதனை இனிமேல் தேவையில்லை எனக் கூறப்பட்டவர்கள்.

கருப்பைவாய் (Cervix) இல்லாத பெண்களும் கருப்பை வாய் புற்றுநோய் அபாயம் குறைவாக உள்ள பெண்களும். இந்த பெண்கள் ஒழுங்கான Pap சோதனைகளை நிறுத்துவதற்கு முன்பாக வைத்தியருடன் பேச வேண்டும்.

கருப்பை சத்திர சிகிச்சை மூலம் அகற்றப்பட்டுள்ளவர கள் Pap சோதனை செய்ய வேண்டுமா?

இது கருப்பை அகற்றப்பட்ட சத்திர சிகிச்சையின் தன்மையிலும் உங்கள் ஆரோக்கிய வரலாற்றிலும் தங்கியுள்ளது. கருப்பை அகற்றப்பட்ட பெண்கள் தாம் ஒழுங்கான Pap சோதனை செய்யப்பட வேண்டுமா என்பது குறித்து வைத்தியருடன் பேச வேண்டும்.

பொதுவாக கருப்பை அகற்றல் சத்திர சிகிச்சையின் போது கருப்பையுடன் கருப்பை வாயும் அகற்றப்படும். இது மொத்தமான கருப்பை அகற்றல் (Total hysterectomy) எனப்படும். புற்றுநோய் தவிர்ந்த ஏனைய காரணங்களால் இவ்வாறு மொத்தமாக கருப்பை அகற்றப்பட்ட பெண்கள் ஒழுங்கான Pap சோதனை செய்ய வேண்டியதில்லை. அசாதாரணமான கலங்கள் அல்லது புற்று நோயின் காரணத்தினால் மொத்தமாக கருப்பை அகற்றப்பட்ட பெண்கள் குறைந்தது 3 சாதாரண சோதனை முடிவுகள் பெறப்படும் வரை வருடாவருடம் பிறப்புக் கால்வாய் புற்று நோயிற்காக (Vaginal cancer) பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும். கருப்பை (Uterus) அகற்றப்பட்டு, ஆனால் இன்னும் கருப்பைவாய் (Cervix) இருக்கும் பெண்கள் ஒழுங்கான Pap சோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். மொத்தமாக கருப்பை அகற்றப்பட்ட பெண்கள்

27ம் பக்கம் பார்க்க...

நலம் நாடுவதும் அதுவே

உங்கள் மாற்றத்தின் மாற்றத்திற்கு
என்னை அழையுங்கள்



Kennedy & Eglinton
$ 69,000



Midland & Lawrence
$ 107,900



Markham & Eglinton
$ 109,900



Midland & Lawrence
$ 125,000



Midland & Eglinton
$ 278,000



Morningside & Gardentree
$ 284,900



Markham & Eglinton
$ 294,000



Middlefield & Mcnicoll
$ 318,000



Midland &Sheppard
$ 329,888



9th Line & 14th
$ 439,000



Meadowale & Ellesmere
$ 619,500



Mc Cowan & Finch
$ 699,000

From 1000 sq. ft. to 5000sq.ft Officec space available for lease.

More than 10 Power of Sale homes

Also Commercial & Investment Properties

Call me



Kathir S Kathirgamanathan P. Eng.

www. kathirsubramaniam.com

Email: kathirhomes@gmail.com

Call me for a change

Sales Representative

24 Hrs 416 856 6900



Tel: 905 470-9800
Fax: 905 470-7770
www.realtronhomes.com

Realtron Realty Inc., Brokerage
Independently owned and operated
7800 woodbine Ave. PH
Markham ON L3R 2N7

அழகிய பூஞ்செடிகள்

புளூமேரியா

(Plumeria alba -Temple tree)


செல்லையா சந்திரசேகரி

அறிமுகம்:

புளூமேரியா இலங்கையில் Araliya, Pansal Mal என அழைக்கப்படும் அழகிய வெள்ளை நிறப் பூக்களையுடைய சிறிய வகையான மரமாகும். புளூமேரியா இனமானது 7-8 வர்க்கங்களையுடையதாக, அதிவெப்ப, வெப்ப மண்டலங்களில் அறிமுகமாகி, ஆசியா, சிங்கப்பூர், காவாய், மெக்சிக்கோ, பர்மா, அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் கூடுதலாக வளர்க்கப் படுகின்றது. இது, அப்போசைனேசிஏ குடும்பத்தைச் (Family Apocynaceae) சேர்ந்தது. இரு பிரதான வகைகள் காணப் படுகின்றன. ஒப்ரூசா, மினுமினுப்பான வட்ட இலைகளையுடையதாயும் வெள்ளைநிறப் பூக்களைக் கொண்டும் காணப்படும். றூபிறா, கூரான இலைகளை யுடையதாயும் நிறமான பூக்களைக் கொண்டும் காணப்படும்.

இதனை எப்படி இலேசாக வளர்க்கலாம்?





நன்கு பூக்களைத்தரும் மரங்களிலிருந்து சிறிய வெட்டுத் துண்டுகளை எடுத்து இரு வாரங்கள் வரை காயவிடவேண்டும். காய்ந்த முனைப்பிலிருந்து வேர்கள் உண்டாவதைக் காணலாம். இவற்றை சாடிகளில் அல்லது நிலத்தில் ஊன்றி தண்ணீர் ஊற்ற வேண்டும். வேர்முனைப்பகுதி நான்கு அங். அளவிலான குளியினைத் தோண்டி வெட்டுத்துண்டுகளை ஊன்றி, கலவையுரத்தினால் நிரப்பவும். பின்னர் திரும்பவும் காயவிடவேண்டும். வேர்கள் தோன்றாவிடின் கூடுதலாக நீர் விடுவது பயனற்றதாத இருக்கும்.



ஊன்றிய வெட்டுத்துண்டுகள் முளைவிட்டு வளரும்போது ஓரிரு வருடங்களில் சாதாரண தாவரமாக வளர்ந்து பூக்களைத் தரக் கூடியதாயிருக்கும். வித்திலிருந்து உண்டாகும் தாவரம் வளர்வதற்குப் பல வருடங்கள் எடுக்கும், பூக்கள் கிடைப்பதற்கும் காலம் செல்லும். இத்தாவரம் அநேகமான வீடுகளிலும் கோயில் பூந்தோட்டங்களிலும் வளர்க்கப்படுகின்றன. தாவரம் வளர்வதற்கு ஒவ்வொரு மாதமும் கூடிய பொசுபேற்று கலந்த உரக்கலவை அவசியம் போடவேண்டும்.

அழகிய பூக்கள்:

புளூமேரியா, பூக்களின் நறுமணமும் கவர்ச்சியான அழகிய நிறமும் சேர்ந்து மிகவும் பிரபல்லியமான தாவரமாகக் கருதப்படுகின்றது. பூக்கள் சிறிய மாலைகளாகக் கட்டப்பட்டு காவாய் (Hawaii) போன்ற இடங்களில் கலாச்சாரத்தோடு இணைந்ததாக விழாக்களில் கழுத்தணிகளாக போடுவதைக் காண்கின்றோம். பூக்கள் இறைவழிபாட்டோடு நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டிருக்கிறது. கூடுதலாகப் பௌத்த சமயத்தவர் இதனை பன்சல் மல் என்பார்கள். பூக்களை எந்த வேளையிலும் இறைவழிபாட்டிற்கு எடுத்துச் செல்வர். இந்து சமயத்தவர் கோயில்களில் பாவிக்காவிடினும் மாலை கட்டுவதற்கு பூக்களைப் பயன்படுத்துவர். பூக்கள் அதிக வெப்பத்தைத் தாங்கமாட்டா. எனவே, கிடைக்கக்கூடிய சூரியவொளி பூக்களைத் தருவதற்கு உகந்ததாகவிருக்கும். ஐந்து இதழ்களையுடைய பூக்கள் தொகுதிகளாக காணப்படுவதால் எல்லோர் கவனத்தையும் இலேசாக ஈர்க்கின்றன.

காலநிலையின் மாற்றம்

ஓரளவு குளிர் காலநிலையைச் சமாளித்தாலும், தாவரமானது அவ்வப்போது இலைகளை உதிர்த்தி, வர்ச்சியடையாதிருந்து குளிரைத் தாங்குகின்றது. திரும்பவும், இளவேனீர்க் காலம் வந்ததும் புதிய கிளைகள் தோன்றி குளிர்ச்சியான இலைகளை விடுகின்றது. தொடர்ந்து பெருமளவில் பூக்கள் தோன்றுகின்றன.

வீட்டுத் தோட்டம் - 14

நோய்களின் தாக்கம்

சில வேளைகளில், பங்கசுத் தாக்கம், வளர்ச்சிகளின் முனைகளைக் கருக்கியும் இதிலிருந்து அழுகல் தோன்றியும் அல்லது கறுப்பு நிறப் பதார்த்தம் வெளிவந்தும் தாவரத்தைப் பாளடையச் செய்யும். இந்நிலையில் தாவரம் படிப்படியாக குன்றுவதையும் அவதானிக்க முடியும். இவ்வேளைகளில், பங்கசுகொல்லி பாவிக்கவேண்டும். வீட்டினுள் வளர்க்கும் தாவரங்களை, வெள்ளை நிற ஈக்கள் தாக்கலாம். இதனையும் சில நேய்கொல்லிகள் மூலம் பாதுகாக்கலாம்.

புளூமேரியாவின் வர்க்கங்கள் சில

Plumeria inodora, Plumeria montana, Plumeria obovata, Plumeria obtusa, Plumeria pudica, Plumeria rubra (Red flowers).

segari@thaiveedu.com



Family Euphorbiaceae

மரவள்ளி

(Botanical Name : Manicot esculenta English Name : Cassava)



மரவள்ளி (Family Euphorbiaceae) குடும்பம் எயூபோபியேசியைச் சார்ந்தது. இது, ஓரளவு தடிப்பான தண்டினையுடையதாயும் வருடந்தோறும் வாழுகின்ற வேர்க் கிழங்குகளையுடைய செடித்தாவரமாகும். இந்த இனமானது ஆரம்பத்தில் தென் அமெரிக்கா நாட்டைச் சேர்ந்ததாயிருந்தாலும் தற்போது வெப்பமண்டலங்களாகிய இலங்கை. இந்தியா. மெக்சிக்கோ தென்அமெரிக்கா, நைபீரியா, தென் ஆபிரிக்கா, மலேசியா போன்ற பல நாடுகளில் பயிரிடப்படுகின்றன. சிவப்பு, பச்சை நிறமாகிய இரு வகைகள் காணப்படும். சிவப்புநிற இனத்தின் வேர்கிழங்குகளில் சிறிது நஞ்சு இருப்பதால் மனிதர் உண்ணுவதில் பின் நிற்பார்கள். கிழங்குகளில் நல்ல மாச்சத்து இருப்பதால் வியாபாரநோக்கமாக பதனிடப்பட்டு பல தரப்பட்ட உணவுகளைத் தாயரிக்கின்றனர். பிரதானமாக மரவள்ளிச் சீவல், துணிக்கை, பொடி போன்றவை இனிமையானவை. அநேகமாகக் கிழங்குகள் சிறு துண்டுகளாக வெட்டப்பட்டு நீரில் மென்மையாக வரும்வரை நன்கு அவித்து, தேங்காய்ச் சம்பல், மிளகாய்ச் சம்பல் அல்லது மீன் குழம்புடன் சேர்த்து உண்பதில் ஒரு மகிழ்ச்சி. இந்தியாவில் கேரளாநாட்டிலும், நைபீரியாவில் பெரும்பகுதி மாவட்டங்களிலும் முக்கிய நாளாந்த உணவாக இருக்கிறது. எமது வீடுகளில் கிழங்குகள் சிறிய துண்டுகளாக வெட்டப்பட்டு பசைபோன்று அவிந்து வரும்வரையில் காரமான மிளகாய்த்தூள், வாசனைப் பொருள்கள் போட்டு பக்க உணவுக்கறியாக அல்லது குழம்பாக சமைப்பார்கள். மாப்பொடி, சூப், குழம்பு போன்றவை தடிப்பாக இருப்பதற்கு பயன்படுத்துகின்றனர்.

உங்கள் குழந்தைகளின் உறுதியான எதிர்காலத்திற்கான முதலீடு



HERITAGE EDUCATION FUNDS

Save towards your child's post-secondary education and find out how the government can help you pay for it.

- With a Heritage Education Funds RESP How much can you comfortably save?
- Want to start building your child's future today?
- 40 years of RESP expertise helping families from coast to coast.
- Start Early, Invest often, Stay invested.
- Start saving now and plan for your child's future possibilities.

We are also hiring sales representatives that are self motivated and are capable of building their own business.





Thaya Balan
(Agency Director)
416.831.4725

digi

வீடு வாங்க விற்க...



$514.900



Keele & Mcnaughton
3+1 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement W/O



Kuga Raveendrarajah
Broker
Direct: **416-843-8585**

Mathan Selvendarakumaran
Sales Representative
Direct: **416-625-2870**



$325.000

McCowan / Denision
3 Bedrooms 2 Washroom
Finished Basement w/o

"சேமிப்பின் அடையாளம் அழகானதோர் வீடு"

$340.000



McCowan / Denision
4+2 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement w/o

வீடு வாங்க விற்க அல்லது அது சம்பந்தமான விபரங்களுக்கும் குறைந்த வட்டி விகிதத்தில் மோட்கேஜ் செய்யவும் நட்புடன் அழையுங்கள்



HomeLife Today Realty Ltd., Brokerage*

31 Progress Ave., Suite 210, Toronto, ON, M1P 4S6

Bus: 416-298-3200

*Independently Owned and Operated, Realtor

Pap சோதனை என்...

23ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கூட வருடாவருடம் இடுப்பெலும்பு பரிசோதனைக்காக (Pelvic exam) தமது வைத்தியர்களைப் பார்க்க வேண்டும்.

பொதுவாக Pap சோதனை செய்து முடிவுகள் பெற 3 கிழமை எடுக்கும். அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் முடிவுகள் சாதாரணமாக இருக்கும். அசாதாரணமானதாக முடிவுகள் இருப்பதற்கு அநேக காரணங்கள் இருக்கும். இது பொதுவாக உங்களுக்கு புற்றுநோய் இருக்கிறது என்பதைக் கருதாது. சில சமயம் உங்கள் கருப்பை வாயில் சிறிய பிரச்சனை இருப்பதையே அது கருதும்.

சில அசாதாரணமான கலங்கள் புற்றுநோயாக மாறக்கூடிய சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு. ஆனால் அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் இந்த ஆரோக்கியமற்ற கலங்கள் தாமாகவே நீங்கி விடும். ஆரோக்கியமற்ற கலங்களைக் குணப்படுத்துவதன் மூலம் அநேகமாக எல்லாவகையான கருப்பை வாய் புற்றுநோயையும் தடுக்க முடியும். உங்களுக்கு அசாதாரணமான முடிவுகள் கிடைக்கப் பெற்றால் உங்கள் வைத்தியருடன் அது பற்றி பேசுங்கள்.

ஐக்கிய இராச்சியத்தில் (U.K) 25 வயதாகும் போது பெண்கள் முதன்முறையாக Pap test செய்யுமாறு கோரப்படுகின்றனர். ஐக்கிய அமெரிக்கா, கனடாவில் 18 வயது அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட பெண்கள் இந்தப் பரிசோதனை செய்யுமாறு ஊக்கப்படுத்தப் படுகின்றனர். எனவே Pap testஐ எப்போது ஆரம்பிக்க வேண்டும் என்ற வயது கட்டுப்பாடும் இல்லை. 25 வயதுக்கு உட்பட்டவராக இருந்து 3 வருடங்களுக்கு மேலாக பாலியலில் ஈடுபடுபவராக இருந்தால் Pap சோதனை செய்ய வேண்டுமெனக் கூறப்படுகின்றது.

எனினும் உங்கள் இடுப்புப் பகுதியில் வலியை உணர்தல், துர்நாற்றமுள்ள அல்லது கடியுள்ள (Itching) வெளியேற்றம் பிறப்புக் கால்வாயில் (Vagina) இருந்து வெளியேறினால் அல்லது மாதவிடாயின்போது அளவுக்கதிகமான இரத்தப் போக்கு மற்றும் வலி இருந்தால் அல்லது மாதவிடாய் ஒழுங்கற்றதாக அல்லது தவறிப் போனால் நீங்கள் அளவுக்கதிகமாக பாலியலில் ஈடுபடாவிடினும் Pap சோதனை செய்வது சிறந்ததாகும்.

கருப்பை வாய் புற்று நோயைப் பெறும் சந்தர்ப்பங்களை நான் எவ்வாறு குறைக்கலாம்?

Pap சோதனை செய்வதற்கு மேலாக, மனித பப்பிலோமாவைரஸ் (Human papillomavirus – HPV) அண்ட விடாமல் தவிர்ப்பது கருப்பைவாய் புற்றுநோயைத் தவிர்க்கும் சிறந்த வழியாகும். HPV தொற்றானது, மிகவும் பொதுவான பாலியல் ரீதியில் கடத்தப்படக் கூடிய தொற்றாகும் (Sexually transmitted infections –STI). எனவே ஒரு பெண் கருப்பை வாய் புற்றுநோயைப் பெறும் தனது வாய்ப்பை பின்வரும் வழிகளால் அதிகரிக்கிறாள்.

- 18 வயதிற்கு முன் பாலியலில் ஈடுபட ஆரம்பித்தல்
- அநேக பாலியல் துணைவர்களைக் கொண்டிருத்தல்
- அநேக பாலியல் துணைவர்களைக் கொண்ட பாலியல் துணையைக் கொண்டிருத்தல்.
- பாலியல்ரீதியில் கடத்தப்படக் கூடிய தொற்றுநோயை (STI) கடந்த காலத்தில் அல்லது தற்போது கொண்டிருத்தல்

HPV சோதனை

ஒருவருக்கு HPV காணப்படுமாக இருந்தால் அவர் தொற்று நோயிற்கு உட்பட்டிருக்கிறார் என்பதே அர்த்தமாகும். தொற்றுக்குட்படும் பெண்களில் பெரும்பாலானோர் 18 மாதங்களுள் இந்த தொற்றில் இருந்து வெற்றிகரமாக விடுபடக் கூடியதாக இருக்கும். நீண்ட காலமாக தொற்றுக் காணப்படும் பெண்களே அதிக ஆபத்திற்கு உட்பட்டவர்களாக இருப்பர். (American College of Obstetricians and Gynaecologists) மகப்பேறு மற்றும் பெண்நோயியலுக்கான அமெரிக்க கல்லூரியானது 30 வயதிற்கு மேற்பட்ட எல்லாப் பெண்களும் HPV சோதனை செய்ய வேண்டும் எனக் கூறுகின்றது.

மனித பப்பிலோமா வைரஸ் பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கு (Human papillomaviruses –HPV)

100இற்கு மேற்பட்ட வெவ்வேறு வைரஸ்களின் குழுவே மனித பப்பிலோமாவைரஸ் ஆகும்.

- பாலியலின்போது கிட்டத்தட்ட 40 வகையான HPV பரப்பப்படுகின்றது.
- சிலவகையான HPVகள் சிகிச்சை செய்யப்படாவிட்டால் கருப்பைவாய் புற்றுநோயிற்கு (Cervical cancer) காரணமாகின்றது.
- HPV தொற்றானது மிக பொதுவான பாலியல்ரீதியில் கடத்தப்படும் தொற்றுநோய்களுள் (STI) ஒன்றாகும்.
- HPV ஆனது ஒரு துணைவருடனான எவ்வித பாலியல் நடவடிக்கையினூடாகவும் பரவலாம். (தோலும் தோலும் தொடர்புடல், வாய்மூலமான அல்லது குதவழியிலான பாலியல், பாலியல் உடலுறவு அல்லது பாலியல் கருவிகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளல்).
- பாலியலில் ஈடுபடும் 5 பேரில் 4 பேர் ஏதாவது ஒரு நேரத்தில் HPVஆல் பீடிக்கப்படுவர்.
- உங்கள் உடலின் நோயெதிர்ப்பு தொகுதியானது இந்த வைரசிற்கு எதிராக போரிடலாம், ஆனால் எப்போதும் அது வெற்றிகரமாக இருக்குமென்று கூறமுடியாது.
- பாலியல்ரீதியில் இயக்கமுடனிருக்கும் நபர்களுள் 75%மானோர் தமது வாழ்நாளில் சில சமயம் HPVஐப் பெறும் சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு.
- சிகிச்சை செய்யப்படாத HPVஐக் கொண்டிருக்கும் அநேகமான பெண்கள் கருப்பை வாய் புற்றுநோயைப் பெறுவதில்லை.
- சில HPVகள் பிறப்புறுப்பில் காய்கள் (genital warts) தோன்றக் காரணமாகின்றன. ஆனால் இந்த HPVகள் கருப்பை வாய் புற்றுநோயிற்கு வழிவகுப்பதில்லை.
- HPVயின் அறிகுறிகள் மிக அரிதாக இருப்பதால் அநேகமான மக்கள் தமக்கு தொற்றுநோய் இருக்கின்றதா என்பது குறித்து அறியாதவர்களாக இருக்கின்றனர்.

அநேகமான பெண்களுக்கு HPV இருந்தாலும் அவர்கள் ஒருபோதும் அதனை அறிவதில்லை. இது எப்போதும் மறைந்திருப்பதுடன் காய்கள் (Warts) போன்ற எந்த அறிகுறிகளையும் வெளியில் காட்டாது. HPV ஆனது தானாக போகாவிட்டால் கருப்பை வாயின் கலங்களில் மாற்றத்திற்கு காரணமாகும்.

- நீங்கள் பாலியல் ரீதியில் இயக்கமுடனிருந்தால் HPVயைத் தவிர்ப்பது கடினமானது, ஆனால் உங்களுக்கு ஏற்படக் கூடிய அபாயத்தை நீங்கள் குறைக்க முடியும்.

HPVஐப் பெறுவதை எவ்வாறு குறைக்க முடியும்?

- பாலியல் துணைவர்களின் எண்ணிக்கைகளை மட்டுப்படுத்துங்கள்.
- கருத்தடை உறையைப் பயன்படுத்துங்கள்
- முதலாவது பாலியல் நடவடிக்கையை தாமதப்படுத்துங்கள்.
- புகைபிடித்தலை தவிருங்கள்.
- நீங்கள் HPV தடுப்பு பெற வேண்டுமா என உங்கள் வைத்தியரிடம் கேளுங்கள்.

HPV தடுப்பு என்றால் என்ன?

- இது 9 தொடக்கம் 26 வயது வரையிலான பெண்களுக்கான தடுப்பு மருந்து ஆகும்.
- இது கருப்பை வாயில் புற்றுநோயை ஏற்படுத்தக் கூடிய சில வகையான HPV இற்கு எதிராக பாதுகாக்கின்றது.
- ஒன்ராறியோவில் உள்ள 8ஆம் வகுப்புப் பெண்கள், பாடசாலையில் இந்த தடுப்பு மருந்தை இலவசமாகப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

HPV தடுப்பு மருந்தானது எல்லா வகையான *HPV*இலிருந்தும் உங்களைப் பாதுகாக்காது. அதனால் தான் ஒழுங்கான *Pap* சோதனைகள் செய்து கொள்வது மிக முக்கியமாகும்.

மேலதிகமாக இது பற்றி தெரிந்துகொள்வதற்கு

- உங்கள் வைத்தியர் அல்லது தாதி மற்றும் மருத்துவத்துறையில் தொழில் புரிபவருடன் பேசுங்கள்.
- ஒன்ராறியோ கருப்பைவாய் பரிசோதனை நிகழ்ச்சித்திட்டத்தின் (Ontario Cervical Screening-Program) இணையத்தளமான http://www.cancercare.on.ca/english/home/pcs/screening/cervscreening/இற்கு விஜயம் செய்யுங்கள்.
- Canadian Cancer Societyயை 1-888-939-3333 இல் அழையுங்கள் அல்லது www.cancer.ca இற்கு விஜயம் செய்யுங்கள்.
- உங்கள் உள்ளூர் பொது சுகாதார பிரிவை (Public Health Unit) அழையுங்கள். உங்கள் உள்ளூர் தொலைபேசி புத்தகத்தில் இலக்கத்தைப் பாருங்கள் அல்லது http://www.alphweb.org/ont_health_units.asp இற்கு விஜயம் செய்யுங்கள்.
- ஒன்ராறியோ அரசாங்க இணையத் தளத்திற்கு விஜயம் செய்யுங்கள்: www.hpvontario.ca அல்லது INFO lineஐ 1-866-559-4598இல் அழையுங்கள்.

உசாத்துணை:
http://www.telegraph.co.uk/news/newstopics/celebritynews/jade-goody/5031270/Jade-Goody-dies-from-cervical-cancer-aged-27.html
http://www.4woman.gov/faq/pap-test.cfm
http://en.wikipedia.org/wiki/Pap_smear
http://www.womens-health.co.uk/pap.html
http://www.cancercare.on.ca/english/home/pcs/screening/cervscreening/
www.hpvontario.ca

jeeva@thaiveedu.com



வேகம்... வேகம்... வேகம்...



செந்தூரன் புனிதவேல்
- காப்புறுதி முகவர் -

போதையில் வாகனம் செலுத்துவதன் தீமையை எல்லோரும் அறிந்துள்ளார்கள். ஆனால் இதனிலும் கெடுதியான மூன்று தவறுகள் எல்லாருமே செய்கிறார்கள். தாம் அறியாமலே என்றால் வியப்பாய் தான் இருக்கும். இந்த மூன்று தவறுகளும் போதையில் வாகனத்தைச் செலுத்துவது போல் கொடியதாயினும் அதைப்பற்றி யாரும் கவனிப்பதில்லை. இந்த மூன்று தவறுகளையும் தவிர்த்தால் வீதிகளில் விபத்துக்கள் பெரிதளவு குறைந்து விடும்.

வேகம்

அவுஸ்திரேலியாவில் நடந்த கணிப்பின்படி 60 km செலுத்தப்படவேண்டிய வீதியில் 68 km வேகத்தில் செலுத்துவதால் ஏற்படும் ஆபத்து; 0.08 விழுக்காடு இரத்தத்தில் மது இருப்பதற்கு சமமாகும் என்பதுடன் இதுவே கனேடிய சட்டத்தில் ஆகக் கூடிய மது விகிதமாகும். அமெரிக்காவில் ஒருவருடகால இடைவெளியில் நடந்த விபத்துக்களின் புள்ளிவிபரங்களின்படி கிட்டத்தட்ட 80 விழுக்காடு விபத்துக்கள் வானொலியை திருகுவது, செல்போனில் கதைப்பது, கோப்பி குடிப்பது போன்றவற்றால் ஏற்பட்டவையே.

தூக்கக் கலக்கத்துடன் வாகனம் செலுத்துவதாலும் விபத்துக்கள் பெருமளவு இடம் பெறுகிறது.

மேலே உள்ள தவறுகள் மதுபோதையில் வாகனம் செலுத்துவதால் விளையும் விபத்துக்களைப்போல் மக்களால் ஒதுக்கப்படாவிடினும் விபத்து விபத்துதான். அதை நோக்கும் கண்ணோட்டம்தான் வித்தியாசமானது. சாரதிகள் சற்று விழிப்புணர்வுடன் தம் பழக்கத்தில் சிறு மாற்றம் செய்தால் இந்த விபத்துக்களை பெரிதும் தவிர்க்கலாம்.

ஏன் இந்த அவசரம்?

நீங்கள் பெருஞ்சாலையில் செல்கையில் உங்களை ஒருவாகனம் 140 கிலோமீற்றர் வேகத்தில் முந்திச் சென்றால் எவ்வளவு பொறுப்பற்ற சாரதி என அங்கலாய்த்துக் கொள்வீர்கள். சிறிது வேளைக்குப்பின் பெருஞ்சாலையிலிருந்து வெளியேறி 60 கி.மீற்றர் செல்லவேண்டிய வீதியில் பொறுப்பாக 5 அல்லது 10 கிலோமீற்றர் அதிகமாக செலுத்திச் சென்று வீட்டை அடைவீர்கள்.

உண்மையில் யார் கூடிய பெறுப்பற்றவர் நீங்களா அல்லது 140 கி.மீ வேகத்தில் சென்றவரா என்று பார்த்தால் நீங்கள்தான்! ஆச்சரியமாக இருக்கிறதா? உங்களுக்குத் தான் அதிகபட்சம் எதிர்பாராத விபத்துக்கள் ஏற்படுவதற்கு சந்தர்ப்பம் உண்டு. இப்பாதையில் வாகனங்கள் எதிரும் புதிருமாக செலுத்தப்படும், சந்திகள் இருக்கும், பாடசாலைகள், தரித்து நிற்பாட்டப்பட்ட வாகனங்கள் பாதையோரமிருக்கும், நடந்து செல்பவர்கள் துவிச்சக்கர வண்டியில் செல்பவர்கள், வாகனத்தை வீட்டிலிருந்து வெளியே எடுப்பவர் என பலரும் குறுக்கிட இடமுண்டு. நீங்கள் மெதுவாகத்தானே வாகனத்தைச் செலுத்துகிறீர்கள். 5 அல்லது 10 கிலோமீற்றருக்கு மேல் செல்லவில்லையே. இதற்கு மிக எளிதாக விளக்கம் தரலாம். வேகம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க வாகனத்தை நிறுத்த எடுக்கும் தூரம் கூடிக்கொண்டே இருக்கும்.

உதாரணத்திற்கு இரு வாகனங்கள் அருகருகாக ஒரே திசையில் பயனிக்கின்றன என்று கொள்வோம். ஒரு வாகனம் 50 கி. மணித்தியாலத்திற்கு செல்கையில் இரண்டாவது வாகனம் 60 கி. மணித்தியால வேகத்தில் முந்தும் வேளையில் ஒரு குழந்தை பாதைக்கு குறுக்கே ஓடினால் முதலாவது வாகனம் உடனே பிரேக்கினைப் போட்டு நிற்பாட்ட குழந்தை கடக்கும் இடத்தில் முதல் வாகனம் நிற்கும் வேளையில் இரண்டாவது வாகனம் மணிக்கு 44 கிலோ மீற்றர் வேகத்தில் பயணித்து குழந்தையை அடித்துவிடும். இப்போ சொல்லுங்கள் பெருஞ்சாலையில் குழந்தை குறுக்கே வராது ஆனால், உள் வீதிகள் அப்படியல்ல.

பொதுவாக சாரதிகள் தமது வேகத்தை குறைத்து மதிப்பிடுவதுடன் தமது சாதுரியத்தை கூட்டியே கணிப்பது இத்தகைய விபத்துக்களுக்கு காரணம். ஒவ்வொருவருடமும் 2400இற்கும் அதிகமான 14 வயதுக்கு குறைந்த குழந்தைகள் வீதி விபத்திற்குள்ளாகிறார்கள். ஆய்வுகளின்படி 50 கிலோ மீற்றர் மணித்தியால வேகத்தில் வாகனம் இடித்தால் 80 விழுக்காடு குழந்தைகள் இறந்துவிடும். அதேவேளை 30 கிலோமீற்றர் மணித்தியாலத்திற்கு செலுத்தப்படும் வாகனத்தால் போதையில் வாகனம் செலுத்துபவரை குறைகூறும் நாம் செல்போன் கதைப்பவரை குறைசொல்வதில்லை.

பொதுவாக சாரதிகள் முழு அவதானத்தையும் வாகனம் செலுத்துவதில் இருக்கவேண்டுமென்றில்லாவிடினும் சில சந்தர்ப்பங்களில் 100 விகித அவதானமும் இருக்க வேண்டிய நேரம் உண்டு. அந்த குறிப்பிட்ட வேளையில் உங்கள் கண்களும் கைகளும் எங்கிருக்கின்றன, அவதானம் எங்குள்ளது என்பது மிக அவசியமாகும். அத்தருணத்தில் தடுமாறினால் மரணம் தான் விளைவு.

மரணக் களைப்பு

வேகமாக ஒரு வாகனம் பெரும் வீதியில் செல்கிறது. திடீர் என அந்த வாகனம் எதிர் வரும் வாகனங்களின் வீதியில் ஓடத் தொடங்குகிறது. முன்னால் வந்த லொறி ஒதுங்கி அந்த வாகனம் ஓட வழிவிடுகிறது. தடுமாறி ஓடிய வண்டி வளைவில் சாலையை விட்டு விலகி பள்ளத்தில் விழுகிறது.

பொலிஸ் வந்து விபத்து நடந்த இடத்தில் செய்த விசாரனைகளின் பின் அந்த விபத்திற்கு போதையோ வேகமோ அல்ல என்று தீர்மானிக்கப்பட்டது. அந்த வாகனத்தை ஓட்டி வந்த "22 வயது" கடவுள் அருளால் பெரும் காயங்கள் ஏதுமின்றி தப்பிவிட்டார். ஆனால் அவரது வாகனம் முற்றாக நொறுங்கிவிட்டது. விசாரித்தபோது அச்சாரதி நெடுந்தூரத்திலிருந்து பயணித்ததாகவும் களைப்பில் கணப்பொழுது கண்முடியதாகவும் கூறினார். நல்லகாலம் நிரந்தரமாகவே கண்மூடி இருப்பார். இதைத்தான் மரணக் களைப்பு என்று குறிப்பிட்டேன். சாரதிக்கு கவலையீனமாக வாகனம் செலுத்தியதாக டிக்கட் தரப்பட்டது.

அண்மையில் நடத்திய ஒரு ஆய்வின்படி கனடாவில் 20% சாதிகள் வாகனத்தை செலுத்துகையில் தூங்கிவிட்டதாக குறிப்பிட்டுள்ளார்கள். இவர்கள் தெரியாமல் தூங்கவில்லை. பெரும் களைப்பும் தூக்கமும் வருகிறது என்று தெரிந்துகொண்டும் விரைவாக வீடு சென்று தூங்கலாம் என்று வாகனத்தை செலுத்துவது வேதனைக்குரியது.

நீங்கள் தூங்கி விழாமலிருப்பினும் களைப்பு காரணமாக விபத்து ஏற்படுமாகில் 96% குழந்தைகள் காயங்களுடன் தப்பிவிடும்.

மரணத் தடுமாற்றம்

நீங்கள் வாகனம் செலுத்துகையில் தொலைபேசியில் கதைத்து அல்ல CD இனை தெரிந்தெடுத்து, அல்லது சாப்பிட்டுக்கொண்டு



அல்லது கண்ணாடியில் தலைமயிரை, முகத்தை சரிசெய்ய முயற்சித்துள்ளீர்களா? இத்தகைய தடுமாற்றங்கள் விபத்து ஏற்படுவதற்கு காரணியாகிறது. வாகனம் செலுத்துவது மிகப்பரீட்சயமான ஒரு விடயமாகையால் நாம் செலுத்திக்கொண்டே பல காரியங்களை கவனிக்க முற்படுகின்றோம்.

60 கிலோமீற்றர் மணித்தியாலத்திற்கு செலுத்தப்படும் ஒரு வாகனம் மூன்றே வினாடிகளில் 50 மீற்றர் பயனிக்கிறது. 100 கிலோமீற்றர் மணிக்கு செலுத்தப்படும் வாகனம் மூன்று வினாடிகளில் 83 மீற்றர் பயணிக்கும். இந்த இடைவெளியில் என்னென்ன நடக்கலாம் என்று எண்ணிப்பார்த்ததுண்டா. வாகனம் ஒன்று திடீரென நிற்பாட்டப்படலாம். கார்கள் குறுக்கே வரலாம். நடந்து செல்பவர் குறுக்கிடலாம். வீதி விளக்கு சிவப்பாக மாறலாம். இப்படியே பட்டியலிடலாம். எல்லாச் சாரதிகளும் முழு அவதானத்துடன் வாகனம் செலுத்துகிறார்களா? சாரதிகள் பாதையை பார்த்துக்கொண்டிருக்கிறார் என்பது அதில் கவனம் செலுத்துகிறார் என்பதல்ல. சில சந்தர்ப்பங்களில் நடந்து செல்கையில் முன்னே வரும் ஒரு நண்பர் புன்னகைக்கையில் நாம் கவனிக்கத்தவறுகிறோமல்லவா அதே போல் சாரதிகளும் வீதியில் நடப்பதை உள்ளெடுக்க தவறிவிடுகிறார்கள்.

அண்மையில் நடந்த ஒரு ஆய்வின்படி செல்போன் கதைத்து கொண்டிருப்பவர் 9 விகிதம் மெதுவாக Break இனை அழுத்துவதாக கணிக்கப்பட்டுள்ளது. அவர்கள் மீண்டு இயல்பான வேகத்திற்கு வருவதற்கு 19 விகிதம் அதிக நேரம் எடுத்துள்ளது. இந்த புள்ளிகள் மதுபோதையில் உள்ளவர்கள் செலுத்துவதற்கு ஈடாக உள்ளது குறிப்பிடக்கூடிய விடயம். குடி அவதானக் குறைவாக வாகனத்தை செலுத்தக்கூடும். உங்கள் வேகம் திடீர் என அதிகரித்து பின் மிக மெதுவாக செலுத்தலாம். அல்லது தேவையில்லாமல் பிரேக்கினை அழுத்தக்கூடும். பாதையோர சமிக்ஞைகள் அவதானிக்க தவறிவிடக்கூடும். இவை யாவுமே மதுபோதையில் செலுத்துவதற்கு சமமாகும். அண்மையில் நடத்திய ஆய்வுப்படி 18 விகிதமான மரண விபத்துக்களும் 26 விகிதமான பெரும் காயங்கள் உடைய விபத்துக்களும் களைப்புக்காரணமாக ஏற்பட்டுள்ளதாகும்.

தடுப்பது எப்படி?

இத்தகைய விபத்துக்களை தவிர்ப்பது எப்படி என்று பார்த்தால் சில எளிதான காரியங்களை செய்யலாம். நேரம் பிந்திவிட்டது என்று வேகமாக வாகனத்தை செலுத்த வேண்டுமா? கொஞ்சம் நேரத்தோடு பயணத்தை தொடங்குங்கள். கவனஈர்ப்புகள் இல்லாது வாகனம் செலுத்த வேண்டுமா? செல்போன்களை நிறுத்திவிடுங்கள் பயணம் புறப்படு முன்னே வானொலியை சரிசெய்யுங்கள், வழியில் CD மாற்றவேண்டுமானால் வாகனத்தை நிறுத்திவிட்டு மாற்றுங்கள். வழியில் தூங்காமல் வாகனத்தை செலுத்த வேண்டுமானால் போதிய ஓய்வுக்குப்பின் வாகனத்தை செலுத்துங்கள். மற்றவர்களுடன் வாகனம் செலுத்தும் பொறுப்பை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

இறுதியாக...

வீதி வழிச்சட்டங்கள், சமிக்ஞைகள், பாதையில் உள்ள திட்டுக்கள் (speed bounds) எல்லாமே விபத்துக்களை குறைப்பதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளது. பல வருடங்களுக்கு முன் ஒரு அருமையான பாட்டு M.G.R நடித்தது, T.M.S பாடியது. திருடாதே.. தம்பி திருடாதே...' அதில் ஒரு அருமையான வரி 'திருடனாக பார்த்து திருடாவிட்டால் திருட்டை ஒழிக்க முடியாது. நீங்களாகப் பார்த்து திருந்தாவிட்டால் விபத்தை தவிர்க்க முடியாது.

senthuran@thaiveedu.com



Thinking of Buying or Selling Real Estate

வீடு, வியாபாரம் வாங்க, விற்க....



Bus: 416-284-5555 (24Hrs.)

880 Ellesmere Road, Suite 204, Toronto, ON, M1P 2W6

Join the Winning Team for your Success !

New & Experienced Agents are Welcome To...

- Regular Sales Training from Experts
- Referral leads

33 Years in Real Estate



Joan Miller
Broker of Record.


Selva Selvadurai**


Chandrakumar sornalingam**


Ranjan Francis Xavier*


Sajan Shanmuganathan*


Richard Napase Sison**

Killivalavan Chelliah*


Ragu Paramsothy*


Nathan Gurunathan**

21 Years in Real Estate



Karu Kandiah
Broker/ President


Prapagharan Jeganathan*


Charles Deva*


Neelan Thambiah*


Joy Emmanuel*


Meera Ram*


Sabapathy Ganeshalingam*


Allan Dayta Abellanosa*


Kannan Kankesu**


Ananthi Selvasivam*


Balamohan Rajaratnam*


Vithiyatharan Thillainayagam*


Ken Seyon*


Ashok Ragupathy*


Jeya Arputharajah*

Birchmount/Ellesmere

OPEN HOUSE
Sun @ 2 - 4 pm

2+1 Bedrooms, 3 Washrooms
'Tridel Built' W/24 Hr Gate Security
About 1640 Sq Ft. Excellent Layout
Freshly Painted. High End Laminated Floors in Living & Dining Rooms, 4 Appliances

Asking $279,000

Dufferin/Major Mac

4+1 Bedrooms, 4 Washrooms
Exellent Thornbury Neighbourhood,
2046 Square Feet, Fernbrook
Built 2 Years New Home,
Double Door Entrance With Porch

Asking $460,000

Morningside/Mclevin

Just Listed!

$219,000

3 Bedrooms, 3 Washrooms
Affordable Price To Live In A Detached Like House, Close To Schools, Shopping

Eglinton / Kennedy

$339,900

3 Bedrooms,3 Washrooms
A Beautiful Open Concept Home In A Sought After Area. Close To Sq.One And Hwy 403

Morningside/Sewells

$229,000

3+1 Bedrooms, 4 Washrooms
Fabulous And Spacious 3 Bed-room Townhouse With Walkout Basement

Stains/Morningside

$399,000

4 Bedrooms, 3 Washrooms
Freshly Painted Spacious Good Size Family Home.Close To Schools Park & Shopping Centre

Kipling/Steels

$164,900

2 Bedrooms, 2 Washrooms
A Convenient Location, One Bus To Subway, Nicely Kept Unit,Many Upgrades

Mississauga

$379,900

4+2 Bedrooms, 4 Washrooms
Gorgeous Semi Detached With Great Layout. Well Maintained, Clean And Bright

Sewells/Sheppard

$249,000

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Very Gorgeous,Clean & Well-Kept Detached 2-Storey Home With Finished Basement

Warden/Sheppard

$136,900

2 Bedrooms, 1 Washroom
Bright 2 Bedroom Corner Unit, Well Maintained, Renovated Kitchen And Washroom

Birmley/Eglinton

$289,900

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Sun-Filled Home With Newer Windows, Mature Neighbourhood

Mccowan/Steeles

$179,900

2+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Very Spacious Unit, One Of The Best Layout In The Building, Appx 1200Sq, Well Kept Unit

Dundas/Hwy 10

$176,900

2+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Ready To Movie In!!**Fully Ren-ovated Unit, Approx.$10,000 Spent On Upgrades.



Real Estate Service

HOUSE SWEEPSTAKES

Enter for a Chance to Win a FREE House

No Purchase Necessary

CALL OUR OFFICE FOR DETAILS & YOUR NO OBLIGATION BALLOT...

Bus: 416-284-5555

880 Ellesmere Road, Suite 204, Toronto, ON, M1P 2W6

** Broker * Sales Representative


Shiva Shivaram*


Umananthini Rajendram*


Amar Qadeer*


Yen Ly-Chan*


Rebecca David*


Ken Murugananthan*


Mathy Mahendrarajah*


Babar Muhmmad Arifkhan*


Ponniah Balayogeswaran*


Gabriel (Roshan) Thavaratnam*


Saravanan Thangarasu*

வீடுகளின் விலையில் வீழ்ச்சி வீடு வாங்குபவர்கள் ஆர்வம்

வீடுகளின் விலை வீழ்ச்சி காரணமாக முதன்முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் ஆர்வம்

வீட்டு வணிகச்சந்தையின் விலைகளின் வீழ்ச்சியால் அறிவிக்கப்பட்ட குறைந்த வட்டி விகிதங்கள், நல்லதை தேர்ந்தெடுக்கும் வாய்ப்பு மற்றும் அரசின் புதிய சலுகைகள் ஆகியவற்றால் பெரிதும் மனம் கவரப்பட்டு, வீடு வாங்குபவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்துவருகிறது, என்று புதிதாக வந்த ஒரு அறிக்கை தெரிவிக்கிறது.

ஜனவரி மாதத்தின் பயங்கரமான மந்த நிலைக்கு பிறகு, வீட்டு வணிகச் சந்தையில் ஆர்வத்தின் காரணமாக வீடுகளை விலைக்கு வாங்கபவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்ததால், பெப்பிரவரி மாதத்தில் வீடுகளின் விற்பனை ஏறுமுகமாக இருந்தது என்று ReMax வீடு மனை விற்பனை நிறுவனம் வெளியிட்ட ஆரம்பபுள்ளி விவரக்கணக்கு தெரிவிக்கிறது.

பத்து வருடங்களுக்கும் மேலான வருடங்களில், முதல் வருடம், அதற்கும் மேலான வருடத்தில், புதிய வீடுகளின் விலைகள் வீழ்ச்சி அடைந்தது சம்பந்தமான கனடாவின் புதிய புள்ளி விவரக்கணக்குகளையும் இந்த அறிக்கை சுட்டிக்காட்டுகிறது.

வீடுகளின் குறைவான விலைகளும் மற்றும் குறைந்த வட்டி விகிதங்களும், முதன்முறையாக மதில்மேல் பூனையாக இருந்து பல எண்ணிக்கையிலான வாடிக்கையாளர்கள். தங்கள் வாடகை வீடுகளை விட்டுவிட்டு வீட்டு வணிகச்சந்தையில் புதிய வீடுகளை வாங்குவதற்கான ஆசையை ஏற்படுத்தியது என்று ReMax குறிப்பிட்டுள்ளது.

பயம் கலந்த முன் எச்சரிக்கை உணர்வு இன்னமும் இருப்பதால், மேலும் மேலும் அதிக எண்ணிக்கையிலான முதன்முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் இன்றைய வீடு மற்றும் மனை விற்பனைத் தொழிலின் விலை சரிவை தங்களுக்கு சாதகமாக பயன்படுத்தி வீட்டு உடமைகாரர்களாக விரும்புகிறார்கள். தங்களுக்கு கிடைத்திருக்கும் அரிய வாய்ப்பை அவர்கள் விடத்தயாராக இல்லை என்று அண்மையில் வெளியிடப்பட்டுள்ள தன்னுடைய அறிக்கையில் ReMax தெரிவித்துள்ளது.

"அநேகமான கனடாவின் வணிகச் சந்தை வீடுகளை விலைக்கு வாங்குபவர்கள் கட்டுப்பாட்டில்தான் இருக்கின்றது. மிக குறைந்த வட்டி விகிதங்கள் ஒரு தூண்டும் சக்தியாக விளங்குகின்றது.

பல வருடங்கள் வாடகை வீட்டில் குடியிருந்த பிறகு வீடுகளின் விலை வீழ்ச்சியாலும் மற்றும் மத்திய அரசின் புதியவரி விலக்கு சலுகையாலும் தூண்டப்பட்டு, "எல்லா வீடுகளின் விலை இறங்குமுகமாக ஆகி கொண்டு வருகிறது போல தோன்றுகிறது. மேலும் வீடு வாங்குவதற்கு இது தான் மிகவும் சரியான நேரம்" என்று கணித்து பலர் வீடு வாங்கத் தீர்மானித்துள்ளார்கள்.

தங்களுடைய வீடு அல்லது குடிலை புதுப்பிப்பதற்கு வீடு வாங்குபவர்களுக்கு 1,350 டாலர் வரை வரிச்சலுகைகளை மத்திய அரசு சமீபத்தில் அறிவித்தது. முதன் முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் தங்கள் RRSP கணக்கிலிருந்து எடுக்கும் பணத்தை 20,000 டாலரிலிருந்து 25,000 டாலருக்கு அது அதிகரித்தது. இதனால் முதன் முறையாக வீடு வாங்குபவர்களுக்கு, அவர்களுடைய வீடு வாங்கும் செலவை ஈடு செய்வதற்கு வரிசலுகையாக 750 டாலர் வரை கூடுதல் கிடைக்கும்.

புள்ளி விவரக்கணக்குப்படி 32 வீட்டு வணிகச் சந்தைகளில் 22 அல்லது 69 சதவிகிதம், விலைக்கு வாங்குபவர்களின் வணிகச்சந்தை விற்பனை எல்லையில் உறுதியான இடத்தை வகிக்கிறது.

> "களைப்படைந்த பொருளாதார தேக்க நிலையை தாண்டிச் செல்வதற்கும், கடன்களுக்கான வசதிகளை அதிகரிப்பதற்கும், மத்திய வங்கி *(Central bank)* சமீபகால மாதங்களில் வட்டிவிகிதங்களை திடீரென குறைத்துள்ளது."

வன்கூவர் மற்றும் விக்டோரியர் (Vancouver and Victoria), எட்மான்டன (Edmonton) மற்றும் கேல்காரி, சாஸ்காட்டூன் (Calgary, Saskatoon and Regina) மற்றும் ரெஜினா ஒட்டாவா மற்றும் டோரன்டோ (Ottawa and Toronto) மற்றும் ஹாலி∴பேக்ஸ் (Halifax) உள்ளிட்ட சில இடங்களில் வீடு வாங்குபவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து வருகிறது.

Winnipeg, Kitchener-Waterioo, Ont., Sudbury, Ont. St.John's, N.L., and Charlottetown போன்ற நகரங்களில் வாங்குபவர்களுக்கும் மற்றும் விற்பனை செய்வர்களுக்கும் இடையே அதிக அளவிலான வியாபார சமநிலை என்று ReMax குறிப்பிடுகிற, ஒரு சூழ்நிலை நிலவுகிறது.

32 வீட்டு வணிகச்சந்தையின் 40 சதவிகிதம், ஒற்றையான தனியாகப் பிரிக்கப்பட்ட வீடுகள், 200,000 டாலருக்கும் குறைவான விலையில் கிடைக்கின்றன என்று அது குறிப்பிடுகிறது.

தனியாகப் பிரிக்கப்பட்ட வீடுகள் மிகவும் நியாயமான விலைகளில் கிடைக்கின்றன. கிழக்கு கனடாவில் மோன்கடன் (Moncton), N.B. பகுதியில் மிகவும் அடிப்படையிலான ஆரம்பவிலை 115,000 டாலருக்கும், ஒன்ராறியோவில் விண்ட்ஸர் (Windsor) பகுதியில் 75,000 டாலருக்கும் மற்றம் வின்னிபெக் (Winnipeg) பகுதியில் 185,000 டாலருக்கும் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன.

முந்தைய வருடத்தின் அதே மாதத்துடன் ஒப்பிட்டு பார்க்கும் போது கடந்த ஜனவரி மாதத்தில் புதிய வீடுகளின் விலைகள் 0.8 சதவிகிதம் குறைந்துள்ளது என்று Stats Can அண்மையில் வெளியிட்ட தன்னுடைய அறிக்கையில் குறிப்பிடுகிறது.

ஜனவரி 1997லிருந்து நாடு முழுவதிலும், முதல் வருடம் முடிந்தும் அதற்கும் மேலான வருடத்திலும், மேற்கு கனடாவில் ஏற்பட்ட கடும் விலை வீழ்ச்சியின் காரணமாக, வீடுகளின் விலை சரிவடைந்தது.

புதிய வீடுகளின் விலை எட்மன்டனில் (Edmonton) அதிக அளவில் 10.4 சதவிகிதத்திற்கு வீழ்ச்சியடைந்தது. அதை தொடர்ந்து கால்கேரியில் (Calgary) 6.5 சதவிகிதம் வீழ்ச்சியும். விக்டோரியாவில் (Victoria) 4.2 சதவிகிதம் வீழ்ச்சியும் மற்றும் வான்கூவரில் (Vancouver) 3.2 சதவிகிதம் சரிவும் ஏற்பட்டது.

கனடாவின் மேற்பகுதியிலுள்ளது ரெஜினா நகரம். அங்குதான் அபூர்வமாக புதிய வீடுகளின் விலை மிக வேகமாக உயர்ந்தது. 21.7சதவிகிதம் அதிகரித்துவிட்டது. St.John's, N.L. போன்ற நகரங்களில் 2008ல் அதே மாதத்தை ஒப்பிடும் போது, கடந்த ஜனவரியில் 24 சதவிகிதம் அதிகரித்தது.

இந்த வாரத்தின் ஆரம்பத்தில் தொடர்ந்து ஆறு வாரங்களாக வீடுகளை வாங்குபவர்களின் எண்ணிக்கை, பெப்பிரவரியில் 12.3 சதவிகிதம் குறைந்து பருவத்துக்கு ஏற்றபடி மாறும் அளவில் வருடாந்திர எண்ணிக்கை 134,600 வீடுகளாக ஆகிவிட்டது. ஜனவரியில் 10.9 சதவிகிதம் சரிவு ஏற்பட்ட பிறகு இந்த நிலை ஏற்பட்டது.

இந்த வருடமும் வீடுகளின் விற்பனை மந்த நிலையில் தான் இருக்கும். 2010 மந்தநிலை மெதுவாக மாறத்தொடங்கும். "தற்போதைய பொருளாதார நெருக்கடியால் வீடுகளை வாங்குபவர்களில் அதிக எண்ணிக்கையிலானோர் தங்களுடைய வேலைகளை இழக்கும் அபாய நிலையில் இன்னும் இருக்கிறார்கள்" என்று அவர் தெரிவித்தார்.

முதன்முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் தான் வீட்டு வணிகச் சந்தையை மீண்டும் நல்ல முறையில் கொண்டுவர கூடியவர்கள் என்று Warren கூறினார். முதன் முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் தான் எந்த வீட்டு வனிகச் சந்தையையும் மீண்டும் நல்லமுறைக்கு கொண்டுவர முடியும். வீடு வாங்கும் மற்றையோர்கள் வீடுகளை பொறுப்பற்ற முறையில் மாற்றம் செய்து கொண்டிருப்பார்கள். முதன் முறையாக வீடு வாங்குபவர்கள் எளிதாக வேறு இடத்திற்கு மாறுவதில்லை என்று Warren கூறினார்.

செலவு அதிகமாகும் கனடாவின் நகரங்களில் இப்பொழுது வீடுகளின் விலைகள் மிகவும் வீழ்ச்சி அடைந்துள்ளன. அந்த வணிகச்சந்தையில் வீடுகளை வாங்குவதற்கு என வாடிக்கையாளர்களில் சிலர் தயார் நிலையில் உள்ளனர் என்று வன்கூவரிலுள்ள வீடு மற்றும் மனை விற்பனை முகவர் ஒருவர் கூறினார். சில தம்பதிகள் தங்களுடைய கூட்டு குடும்ப வீடுகளிலிருந்து வெளியேறி தனி வீட்டில் குடியேறுவதற்கு முடிவு செய்துள்ளனர் என்றும் அவர் கூறினார்.

"ஒரு புதிய வீட்டில் குடியேறுவதற்கு இதுதான் மிக நல்ல நேரம் என்று சிலர் கருதுகின்றனர். கடைசியில் என்ன விலை கொடுத்தும் ஒரு வீட்டை அவர்கள் வாங்குவார்கள்."

களைப்படைந்த பொருளாதார தேக்க நிலையை தாண்டிச் செல்வதற்கு கடன்களுக்கான வசதிகளை அதிகரிப்பதற்கு மத்திய வங்கி (Central bank) சமீபகால மாதங்களில் வட்டிவிகிதங்களை திடீரென குறைத்தன.

அண்மையில் பொருளாதாரத்தை சீர் செய்யும் நோக்கத்தில் கனடிய மத்திய வங்கி இது வரை கேள்விபடாத அளவில் தன்னுடைய வட்டி விகிதத்தை அரை சதவிகிதம் என்ற அளவிற்கு திடீரென குறைத்தது. கனடாவின் அரசு வணிக வங்கிகள் பின்னர் தங்களுடைய முதன்மையான வட்டி விகிதத்தை 2.5 சதவிகிதம் என்ற அளவிற்கு குறைத்தது. மேலும் அடமானம் உள்ளிட்ட வங்கி வழங்கும் மற்ற கடன்களுக்கான வட்டி விகிதத்தையும் குறைத்தன.

(March 10ல் Canadian Pressல் வெளிவந்த கட்டுரையைத் தழுவி எழுதப்பட்டது.)

■ ■ ■

அறியவில்லையானால் அறிந்துகொள்ளுங்கள் - கனடாவில் சில தகவல்கள்

மரணத்தின் பின்பு குடும்பத்தவர்களுக்கு கனடிய அரசு வழங்கும் பண உதவிகள்

உயிர் இழப்பு என்பது எந்த நேரத்திலும், எந்த ரூபத்திலும், எவருக்கும் ஏற்படலாம் என்பது எல்லோரும் எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு விடயம். ஒருவரின் உயிர் இழப்பின் பின்பு பாதிக்கப்படப் போவது அவரில் தங்கியிருக்கும் குடும்பத்தவர்கள் மட்டுமே! உழைக்கும் பணத்தில் ஒரு சிறு தொகையினை செலவுகளோடு செலவாக செலுத்தி ஆயுள் காப்புறுதி ஒப்பந்தம் (Life Insurance) என ஒன்று முன் கூட்டியே செய்து வைத்திருந்தால் பாதிக்கப்பட்ட குடும்பத்தினருக்கு ஒரு சிறு ஆறுதலாக எஞ்சியிருக்கும் அவர்களின் வாழ்நாளில் என்றும் இருக்கும்.

இத்தகைய ஆயுள் காப்புறுதி ஒப்பந்தங்கள் செய்து வைத்தீர்களோ? அல்லது வைத்திருக்கவில்லையோ? அல்லது அவ்வாறு வைத்திருந்து ஆயுள் காப்புறுதியிலிருந்து ஒரு தொகை பணம் பெற்றுக் கொண்டாலும் சரி! பெற்றுக் கொள்ளாவிட்டாலும் சரி! மேலும் நான்கு வழிகளில் கனடிய மத்திய அரசிலிருந்து ஒரு சிறு பணத் தொகையாக பெறுவதுடன், தொடர்ந்து மாதாந்த சிறு வருமானமாக ஒரு சிறு தொகையினை பெற்றுக் கொள்ளலாம் என்பதனை அறிந்து கொண்டீர்களா?

இவற்றினை அறிந்து கொள்வதற்காக தரப்படுவதே இம் மொழி பெயர்ப்பு தகவல் கட்டுரை ஆகும்.

வீட்டினுள் மரணம் ஒன்று நடந்த அதிர்ச்சியில் சில நேரங்களில் இவ் விண்ணப்பங்கள், மனுக்களை எடுத்து நிரப்பி அனுப்பி வைக்காது விட்டால் எப்படி நிவாரணம் கிடைக்கும்?

மரணத்தினை உறுதிப்படுத்தும் அத்தாட்சிப் பத்திரத்துடன் விண்ணப்பத்தினைப் பூர்த்தி செய்து கனடிய அரசுக்கு அனுப்பினாலேயே நிவாரணம் கிடைக்கும். கிடைக்கும் நிவாரணங்களை பின்வருமாறு

அதாவது உழைக்கும் காலங்களில் மாதாமாதம் பணம் செலுத்தும் கனடிய தேசிய ஒய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்திலிருந்து (Canadian Pension Plan)

- மரணமாகியவரின் குடும்பத்தினருக்கு ஒரு சிறு பண தொகை (CPP Death benefit)
- மரணமானவரின் மனைவி அல்லது கணவனுக்கு மாதா மாதம் வழங்கும் சிறு வருமானம் (CPP Survivor Benefit)
- மரணமாகியவரின் மனைவி அல்லது கணவனுக்கு வழங்கும் இன்னொரு சலுகை பணம் (CPP allowance for the survivor)
- மரணமாகியவரில் தங்கியிருக்கும் பிள்ளைகளுக்கு வழங்கும் சிறு வருமானம் (CPP children Benefit)

இதுவரை மரணம் நடந்த அதிர்ச்சிகள், தாக்கங்கள் காரணமாகவோ அல்லது அறியாத நிலையிலேயோ மனு அனுப்பத் தவறினால் பிரச்சனையே இல்லை. காலதாமதமாகவும் அனுப்பி தவறிய நிவாரணங்களையும் சேர்த்து பெறலாம்.

இக் குறிப்பிட்ட சிறு பணத்தொகை, அத்துடன் சேர்ந்த சிறு மாதாந்த வருமானம் ஆகியவற்றினை மரணமடைந்தவரின் குடும்பத்திற்கு வழங்குவது கனடாவின் மத்திய அரசினால் நிர்வகிக்கப்படும். இவ் தேசிய ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்திலிருந்து ஆகும்.

கனடாவின் தேசிய ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டம் (Canadian Pension Plan) என்பது கனடிய மத்திய அரசினால் மாகாண அரசுகளின் ஒத்துழைப்போடு நிர்வகிக்கப்படுவது ஆகும்.

18-70 வயதுக்கு இடைப்பட்ட காலத்தில் கனடாவில் தொழில் செய்து உழைக்கும் ஒருவர் தம்முடைய மாத சம்பளத்தில் ஒரு சிறு வீதத்தினை சேமிப்பதுடன், தொழில் செய்து உழைப்பவரின் தொழில் வழங்கும் நிறுவனமும் (Employer) சேர்ந்து தம்மிடம் தொழில் செய்பவருக்காக ஒரு சிறு வீதத்தினை இவ் ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்தில் மேலதிகமாக சேமித்து தொழிலாளர்களை ஊக்குவிக்கின்றது.

இவ் அரச ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டம் என்பது இறுதி காலத்தில் தொழில் செய்ய முடியாது ஓய்வு பெறும் நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு கை கொடுக்க வேண்டும் என்பதற்காக அரசினால் உருவாக்கப்பட்டு நடைமுறைப்படுத்தப்படும் திட்டமாகும்.

இத் திட்டத்தில் தமது உழைப்பில் இருந்து சிறுக சிறுக சேமித்து கொண்டு வரும் ஒருவருக்கு திடீர் என மரணத்தினை எதிர் கொள்ள வேண்டிய ஒரு நிலைமை வந்தால், இவரது சேமிப்பு திட்டம் தங்கியிருக்கும் குடும்பத்தவர்களுக்கு கை கொடுக்கின்றது.

> “கனடாவில் தொழில்புரிந்து, தேசிய ஒய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்திலும் ஒரு சேமிப்பு தொகையினை உருவாக்கி வரும் ஒருவர் தொழில் செய்ய முடியாத அளவுக்கு வாழ்வில் நிரந்தரமாக பாதித்து இருந்தாலும், இறுதி ஓய்வு பெறும் காலத்தில் பெறும் வருமானம் போல ஒரு வருமானத்தினை பாதிப்பில் இருந்து மீளும்வரை, அல்லது 65வயது வரை பெற்றுக் கொண்டு இருக்கலாம். ஆனால் இவ் ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்தில் எதுவும் சேமிக்கவில்லையானால் எதுவித நிவாரணமும் பெற முடியாது.”

தகவல் தொடர் - 28



(தொழில் எதுவும் செய்யாது இருந்து, இச் சேமிப்பு திட்டத்தில் சிறுக, சிறுக எவ்வித சேமிப்பையும் மேற்கொள்ளாதவர் ஒருவரின் மரணத்தின் பின்பு அவரது குடும்பத்தினர்கள் எதுவிதமான நிவாரணத்தினையும் இத் திட்டத்திலிருந்து பெறமுடியாது என்பது இங்கு முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டிய விடயமாகும்).

தங்களின் இத் திட்டத்தில் மொத்தமாக எவ்வளவு பணத் தொகை ஒவ்வொரு முறையும் சேர்ந்துள்ளது என்பதனை (Up to date balance) விரும்பினால் அவரவர் பரிசீலனை செய்து பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

- எவ்வளவு தொகை மொத்தமாக மரணமாகியவரின் தேசிய ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்தில் சேர்ந்துள்ளது?
- எவ்வளவு காலம் தொடர்ந்து மரணமாகியவர் தமது இச் சேமிப்பு திட்டத்தில் பணம் சிறுக சிறுக செலுத்திக் கொண்டிருந்தார்?

என்ற இரு கேள்விக்கும் உள்ள விடையின் அடிப்படையிலேயே இங்கு மரணமாகிய பின்பு குடும்பத்தவர்களுக்கு வழங்கும் சிறு பணத் தொகை, அத்துடன் சேர்ந்த மாதாந்த சிறு பண வருமானம் என்பது கணிக்கப்பட்டு தீர்மானிக்கப்படுகின்றது.

பின்வரும் நான்கு வகையான நிவாரணங்களை மரணமாகியவரின் குடும்பங்கள் இத் திட்டத்திலிருந்து பெறலாம்.

1. கனடா தேசிய சேமிப்பு ஒய்வூதிய திட்டத்திலிருந்து மரணமாகியவரின் குடும்பத்திற்கு வழங்கும் ஒரு சிறு பணத் தொகை (Canada pension plan death benefit)

தற்போதுள்ள சட்டப்படி ஆகக் கூடுதலான தொகையாக $2500 வரை ஒரு சிறு தொகை பணம் மரணமாகியவரின் குடும்பத்தவர்களுக்கு வழங்கப்படும்.

“Application for a Canada Pension Plan Death Benefit” என ஆங்கிலத்தில் குறிப்பிடப்படும் விண்ணப்ப படிவத்தினை அரச அலுவலகத்தில் இருந்தோ அல்லது இணைய தளத்தில் இருந்து பதிவு இறக்கம் செய்தோ எடுத்து நிரப்பி மரண அத்தாட்சி பத்திரத்துடன் (Death certificate) சேர்த்து அனுப்புதல் வேண்டும்.

(இவ் விண்ணப்பத்தில், மரணமாகியவரின் விபரங்கள் (பெயர், விலாசம், பிறந்த இடம், காலம், சமூக காப்புறுதி இலக்கம், ஆணா? பெண்ணா? என்ற விபரம், திருமணமாகியவரா என்ற விபரம், மரணமாகிய தினம், ஏனைய நாடுகளில் வேலை செய்திருந்தால் அது பற்றிய விபரங்கள் வழங்கப்படல் வேண்டும்).

- பணம் பெற உரித்துடைய குடும்பத்தவரின் விபரங்கள் (Information about the settlement of the estate)
- விண்ணப்பம் சமர்ப்பிப்பவர் பற்றிய விபரங்கள் (Information about the applicant)
- விண்ணப்பம் சமர்ப்பிப்பவரின் பிரகடனமும் கைச்சாத்திடலும் (Applicant’s Declaration)
- சாட்சி ஒருவரின் பிரகடனமும், கைச்சாத்திடலும் (Witness’s Declaration)

2. மரணமாகியவரின் மனைவி அல்லது கணவனுக்கு மாதா மாதம் வழங்கும் சிறு வருமானம் (Survivor Benefit)

இதனை விதவை பென்சன் என குறிப்பிடலாம். சராசரியாக தற்போதுள்ள நிலமைப்படி

38ம் பக்கம் பார்க்க...

Shan Thayaparan

Sales Representative

Dir: 416-567-7675 shan123@rogers.com

www.shan123.com



A RIGHT HOUSE IS A SWEET HOME

Port Union/Lawrence — **$379,900**
Location! Location!! Location!!! 2 Yrs New In A High Demand Community By The Lake 'Port Union Village' Shows Like A Model!! Close To All Amenities: Schools,

Lawrence/Port Union — **$429,900**
Port Union Village,Parkside 1981 Sq.Ft. Includes 395 Sq.Ft. Finished Great Room In Basement. View Of Lake From Front Porch Open Concept,Bright & Spacious Home,Close To Ttc,Go Train,Close To Schools

Hwy 7/9th Line — **$369,500**
Award Winn'g Design Model.Sparkl'g Strip Hardwood Floor In Living Room,Dining Room & Family Room. 9" Ceiling On Main Floor, 2 Car Garage.

Kennedy /N. Of 16th — **$383,000**
Stunning 9 1/2 Yr New Madison Home In Berczy Village. $$$ Spent In Upgrades. Features & Upgrades Include: Premium Birch Hardwood Flrs In Liv/Dining Rm & Family Rm (2008)

E. Of 9th Line/ S. Of Hwy 7 — **$399,900**
Shows Like A Model Home-Fastastic Decor.Upgraded Hardwood In Living And Dining Rooms,Ceramic Foyer,Cabinet In Master,9 Ft Ceiling On Ground Floor,Very Bright And Sunny Exposure,Computer Nook On 2nd Floor,Main Floor Laundry.

Mccowan/Bur Oak — **$409,000**
Centrally Located, 4 Bdrm, Madison Built, Popular Wismar Community!! Thousand$$ In Upgrades, Over 2000 Sf W/Mflr Library, 9'Ft Ceiling, Open Concept, 15K Human Chair Lift From 1st To 2nd Flr With Remote Control, Hardwood Flrs, Quartz Lights.

9th Line/14 Th Ave — **$429,900**
Luxury Living In This Executive Home In Demand Boxgrove Community, Gleaming Hardwood Flrs,On Main Level,Oak Staircase,9'Ceiling, Modern Kitchen W/Upgrades, Backsplsh,Cabinets,Tiles, And Breakfast Bar,

16th Ave & 9th Line — **$449,000**
Spacious. Bright. Open Concept Layout. Elegant 2563 Sqft Home Built By Yorkwood Homes. Tastefully Upgraded Providing Unique Character And Comfort. 9Ft Ceiling & Hardwood In Main Floor.

Home life GTA
Realty Inc.Brokerage
Bus: 416-312-6969
Fax: 416-312-6963
(Not Intend to solicit properties currently listed or Buyers under agreement)



VIKI VELAUTHAN

Salesperson

Dir: 416-321-6969 vvelauthan@yahoo.com

www.shan123.com



A RIGHT HOUSE IS A SWEET HOME

Markham & Steeles — **$399,000**
Excellent Location 4 Bedrooms Detached Home On Demand Location. Newly Painted. This Home Shows Well. It Boost An Open Concept Kitchen That Sprawls Into A Spacious Breakfast Area.

Meadowvale/Sheppard — **$399,900**
Lovely 4 Bedroom Mattamy Built 3 Yrs. New Family Home On A Premium 'Look-Out' Lot ($10K). The 'Trinity Bay' Model, Approx. 2000 Sq.Ft. Gleaming Hardwood Flrs.

Morningside/Nightstar — **$414,000**
Beautiful Detached Home Located On A Quiet Cres In A Safe & Child Friendly N'hood, Main Floor Features 9Ft Ceilings, Parquet Flooring, Coffered Ceilings & Large Windows In Liv/Din Rm...Spacious

Steeles/Staines — **$429,000**
Beautiful Detached Home By Yorkwood 'Brookside On The Rouge'. 2362 Sqft. Well-Kept, Well-Maintained, Move-In Condition. $$$ Upgrades: Hardwood Floors, Pot Lights Everywhere

Derry/Terragar — **$449,800**
*Wow What A House!! Open Concept Plan*Beautiful Rich Walnut Tone Jatoba Hardwood Floors Throughout,Oak Circular Stairs,

Mavis & Steele (Sw) — **$399,900**
Absolutely Stunning!!! Paradise Homes Apprx 2200 Sq.Ft**Close To Miss.Border**4 Bdrm Converted To 3 Bdrm + Den(Easily Convertible Back To 4th Bdrm)

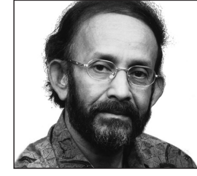
Markham/Castlemore — **$360,000**
*Gorgeous&Immaculate*Better Than New*Bright&Spacious Upgraded Home With Hardwood&Ceramic Fl On M/F,Solid Oak Stair&Railings,Kit.

16th Ave/ Markham Rd — **$389,000**
The Beauty & The Price! A Home You'll Be Proud To Own! This Magncifient 4 Yrs New Home Provides You With ~2000 Sqft Of Living Space.



Home life GTA Realty Inc.Brokerage
Bus: 416-312-6969 Fax: 416-312-6963 (Not Intend to solicit properties currently listed or Buyers under agreement)

ஒரு ‘மனிதரின்’ மரணம்



கே. எஸ். பாலச்சந்திரன்



புலம்பெயர்வாழ்விலே பெரிய சோகம் என்னவென்றால், நடுவயது கடந்து போனபின் வெளிநாடு வந்துசேரும் பலர், கடந்தகாலத்தில் தாங்கள் அரும்பாடுபட்டு சம்பாதித்த திறமைகளை, செய்த சாதனைகளை, பெற்ற கல்வித்திறனையெல்லாம், முற்றாக ‘அழிறப்பரால்’ அழித்ததுபோல இழந்து போய்விடுகிறார்கள். வெளிநாடு வந்தபின், பணத்தினால் அளவிடப்படும், தகமையில் அனேகமாக அவர்கள் பின்தங்கிப்போய் ‘சீந்துவாரற்று’ போய்விடுகிறார்கள். கீழைத்தேய சமூக அமைப்பிலே கல்விமான்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட முக்கியத்துவம், மேலைநாடுகளிலே பொதுவாக கையிருப்பு உள்ளவர்க்கே உரித்தாகுவதால் இந்தநிலை.

இவர்களில் அனேகர் எந்தவிதமுயற்சிகளும் எடுக்காமல் வாழ்க்கையை எப்படியோ கழித்து ‘இனம்காணப்படாமலே’ போய்விடுகிறார்கள். சிலர் தங்களால் முடிந்த அளவு சமூகத்திற்கும், தான்சார்ந்த சூழலுக்கும் நல்லது எதையாவது செய்ய முற்பட்டு அதனால் தங்களுக்கு கிடைக்கும் பலனை எதிர்பாராது கருமமாற்றுவார்கள்.

இந்த இரண்டாவது வகையில் அடங்குகின்ற ஒருவரை, தன்னை முன்னிலைப்படுத்தாமல் எல்லோரிடமும் மிகச்சாதாரண மனிதரைப்போல, பழகிவந்த ஒரு மனிதரை அவரது மரணத்தின்பின்தான் நான் ‘இனம் கண்டு கொண்ட’ சோகம் அண்மையில் நிகழ்ந்தது.

சென்ற பெப்ரவரிமாதம் 28ந்திகதி தனது 79வது பிறந்தநாளை கடந்து, ஒரு மாதம் கழிவதற்கிடையில் மார்ச் மாதம் 21ந்திகதி சனிக்கிழமை அதிகாலையில் மறைந்துபோய்விட்ட இலங்கையர் - வி. செல்வரத்தினம் அவர்களைத்தான் குறிப்பிடுகின்றேன்.

அனேகமாக இலக்கியக்காரர்களின் சந்திப்புகள், நூல்வெளியிட்டுவிழாக்கள், இரங்கல் விழாக்கள், நினைவு அஞ்சலிக்கூட்டங்கள் எல்லாவற்றிலும் அவரைக் கண்டிருக்கிறேன். சொந்தவாகன வசதிகள் எதுவும் இல்லாவிடினும், கனடிய காலநிலைக்கோளாறுகளை கவனத்திற்கெடுக்காமல் அவரது பிரசன்னம் அங்கெல்லாம் இருக்கும். நானும் அவரும் பலதடவைகள் அப்படியாக பிற நண்பர்களின் உதவியினால் வீடுபோய் சேர்ந்த அனுபவங்கள் நிறையவே உண்டு.

உடல்நலக்குறைவை காரணம் காட்டி என்னைப்போல பல நிகழ்வுகளுக்கு அவர் போகாமல் இருந்ததில்லை என்று நினைக்கிறேன். அவருடைய நகைச்சுவை உணர்வும், அவர் கொண்ட கொள்கையின்மீது உள்ள நம்பிக்கையும் அவரது பேச்சிலே உறைந்திருக்கும்.

என்னோடு பரிச்சியம் அதிகம் இல்லாத காலத்திலும், மனம்விட்டு பழகியவர். மிக நெருங்கிய நண்பர்களிடமே பகிர்ந்து கொள்ளும் தன் உடல்நலம் பற்றிய குறைபாடுகளை சிரிப்புடன் யாரையோ பற்றிச் சொல்வதுபோல என்னிடம் பகிர்ந்து கொண்டிருக்கிறார்.

நண்பர்களுக்கு உடல்நலம் இல்லாதநாட்களில் தன்னுடைய வசதியீனங்களையும் பொருட்படுத்தாமல் தவறாமல் சென்று பார்த்ததோடு, தொலைபேசியிலும் அழைத்து அடிக்கடி கதைத்துக்கொள்வார்.

இத்தனைக்கும் அவரை ஒரு இலக்கிய ஆர்வலராகவே, கண்காட்சிகளில் நின்ற நிலையில் நூல்களில் மூழ்கிப்போகும் ஒருவராகவே இனம்கண்டிருந்தேன். அவர் தன்னைப்பற்றிய சிறப்புக்களை அதிகம் சொல்லவில்லை. அப்படிச்சொல்வது அவருக்கு பழக்கமில்லாததாக இருக்கலாம்



இப்பொழுது ஒவ்வொன்றாக அறியும்போது வியப்பாக இருக்கிறது. அத்தோடு மேலோட்டமான நட்புக்குரிய குசலவிசாரிப்புக்களோடு நிறுத்திக்கொள்ளாமல், அவர் நேசித்து பற்றிக்கொண்ட கொள்கைகளைப்பற்றி, வாழ்க்கைநெறிபற்றி மிகுந்த அக்கறையுடன் அவரோடு உரையாடியிருக்கலாமே என்று கவலையுடன் நினைத்துக்கொள்கிறேன்.

அவரது அஞ்சலி நிகழ்வில், அவரது மாணவரான எழுத்தாளர் நவம் சொல்லிய அனுபவம், அதில் சொல்லப்பட்ட கருத்து இலங்கையர் செல்வா பற்றிய புதிய பார்வையை நான் பெற்றுக்கொள்ள வைத்தது.

இலங்கையரிடம் உள்ள பொதுவுடமைச் சிந்தனைகள், ஈவேராவின் கருத்துக்கள் மீதான பற்று என்பனவற்றை மனதில் கொண்டு, அவரிடம் விதியை நம்புகிறீர்களா என்று கேட்டபொழுது அவர் இப்படிச்சொல்லியிருக்கிறார்.

> “ கல்விமான்கள் வெளிநாடு வந்தபின்,
> பணத்தினால் அளவிடப்படும் தகமையில்
> அனேகமாக அவர்கள் பின்தங்கி
> ‘சீந்துவாரற்று’ போய்விடுகிறார்கள்.
> கீழைத்தேய சமூக அமைப்பிலே
> கல்விமான்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட
> முக்கியத்துவம்,
> மேலைநாடுகளிலே பொதுவாக கையிருப்பு
> உள்ளவர்க்கே உரித்தாகுவதால் இந்தநிலை. ”

“நியூட்டனின் மூன்றாவது நியதியின்படி, ஒவ்வொரு விளைவுக்கும், அதற்கு எதிரானதும், சமமானமதுமான எதிர்விளைவு இருக்கும் என்பதை நான் நம்புகிறேன்” என்று அழகாக விதிபற்றிய தனது கருத்தை சொல்லியிருக்கிறார்.

இளமையில் வசதி இன்மையினால், பாடசாலைக்கு தான் வெறும்மேலுடன் போகநேர்ந்ததும், அவருடைய உறவினர் ஒருவர் அந்தக்குறையைப்போக்கி, வெள்ளை சேர்ட் ஒன்றைவாங்கித்தந்து, அதனுடன் பள்ளிக்கு போனபொழுது, சகமாணவர் அதன்மீது மையைத்தெளித்து தங்கள் காழ்ப்பைக்காட்டியதையும் தனது ‘வாழ்வும் வடுவும்’ என்ற நூலிலே இலங்கையர் குறிப்பிட்டிருக்கின்றார்.

இவ்வாறாக இளம்வயதிலே ஒடுக்குமுறைகளுக்கு தான்வாழ்ந்த, படித்த சூழலிலே எதிர்கொண்ட செல்வா இலங்கையர், அவற்றுக்கு எதிராக வைராக்கியத்துடன் போராடியிருக்கிறார். உடுப்பிட்டி அமெரிக்க மிஷன் கல்லூரியிலும், யாழ்ப்பாணக்கல்லூரியிலும் சிறந்த விஞ்ஞான மாணவனாக விளங்கியிருக்கிறார். லண்டன் வெளிவாரி பட்டதாரியாகி சென்.பட்டிறிக்ஸ் கல்லூரியிலும், வைத்தீஸ்வராக்கல்லூரியிலும் நல்ல ஆசானாக பல மாணவர்களுக்கு கல்விபோதித்திருக்கிறார்.

பாடவிதானசபையிலே ரசாயன பாடத்திட்டங்களில் பங்காற்றியதொடு, கல்வி அதிகாரியாகவும் பணியாற்றியிருக்கிறார். வானொலியில் அறிவியல் அரங்கம் நிகழ்ச்சிவாயிலாக தன் திறனை வெளிக்காட்டியிருக்கிறார்.

புலம்பெயர்ந்து கனடாவந்தபின்னரும், சுய விளம்பரம் விரும்பாதவராய், சமூகநலன் சார்ந்த பலவிடயங்களில் அவரின் பங்களிப்பு இருந்திருக்கிறது. முக்கியமாக பல்கலைக்கழக படிப்புக்கான சித்திக்குரிய பாடங்களில் ஒன்றாக தமிழ்மொழியை அங்கீகாரம் பெற வைக்கும் பணியில் இலங்கையரும் முன்னின்று உழைத்திருக்கிறார்.

இறுதிவரை மாணவர்களுக்கு ரசாயனபாடம் போதிப்பதை கைக்கொண்டு வந்த இலங்கையர் விண்வெளி மன்றத்திலும் அங்கத்தவராக செயற்பட்டார் என்றறிந்த போது அவரது பரந்த அறிவுத்தேடல் நமக்கு புலனாகின்றது.

முகத்தில் மறையாத புன்னகையுடன், இலக்கியச் சந்திப்புக்கள், கருத்தரங்குகளில் தவறாமல் சந்திக்கும் அந்த ‘மனிதரை’ இனிக் காணமுடியாது என்பது தான் என்னைப்போன்ற பலருக்கு நம்பமுடியாததும், வேதனை தருவதுமான விஷயம்.

‘நனவிடைதோய்தல்’ மனஆறுதலைத்தரட்டும்.

ks@thaiveedu.com



மருத்துவ கேள்வி பதில்



'குலாப்' என்பது எதனைக் குறிக் கின்றது? இதன் பயன்பாடு என்ன?

ரேகா

உருது, இந்தி போன்ற மொழிகளில் 'குலாப்' என்றால் 'ரோஜா' என்று அர்த்தம். இந்த ரோஜா இதழ்களை உலர வைத்துப் பொடி செய்து 'மெனோபாஸ்' உள்ள பெண்கள் காலை, மாலை இருவேளை கால் தேக் கரண்டி வெந்நீருடன் எடுத்துவர பல பிரச்சினைகள் தீரும்.

ரோஜா இதழ்கள், இஞ்சி, தேன் மூன்றையும் வெயிலில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்து பத்திரப் படுத்தி வைத்துக் கொள்ளவும். தினமும் 1 தேக்கரண்டி எல்லோரும் எடுத்து வரலாம். வயிற்றின் சகல உபாதைகளும் மாறும்.

டாக்டர், எனது தோள்களில் கடந்த 15 தினங்களாக நோவு இருக்கின்றது. இதனால் மிகவும் சிரமமாக இருக் கின்றது. கோபமும் அதிகமாக வரு கின்றது. இதற்குத் தங்களிடம் மசாஜ் சிகிச்சை எடுக்கலாமா?

மாலன், Etobiko

சில குறிப்பிட்ட வலிகளுக்கு அதாவது முதுகுவலி, இடுப்புவலி, தலைவலி, சுளுக்கு, வீக்கம் போன்றவைகளுக்கு மசாஜ் நல்ல நிவாரணம் தரும். நீங்கள் குறிப்பிட்டுள்ளதை வைத்துப் பார்க்கும் பொழுது உங்கள் இரத்த அழுத்தத்தைப் பரிசோதித்து விட்டுத் தான் தீர்வு சொல்ல முடியும். உங்களுக்கு உயர் இரத்த அழுத்தம் இருக்க வாய்ப்பு இருக்கின்றது. இதற்கு 'Calada' அல்லது 'Med marijuana' நல்லது. தினமும் உணவில் முருங்கைக்காய் சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

எனது விந்து அணுக்களின் எண் ணிக்கையை அதிகரிக்க ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் என்ன மருந்துகள் உள்ளன? இந்தக் குறைபாட்டை நீக்க தங்களது ஆலோசனை என்ன?

முருகேசன்

உங்கள் குறைபாடு என்ன என்பதையும் எத னால் அது ஏற்பட்டது என்பதையும் முதலா வது தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். சாதாரா ணமாகக் குறைபாடு என்றால், 'Sepmen' என்ற ஹிமாலயா கம்பெனியின் மாத்திரை களை நான் பரிந்துரை செய்து கொடுக் கின்றேன். மற்றுமொரு ஆயுர்வேத மாத்திரை சரக் பார்மஸியின் 'Adizoa' ஆகும். உங்க ளுடைய டீன் ஏஜ் பருவத்தில் அம்மை நோய் உங்களைத் தாக்கி இருந்தால், இந்த குறைபாட்டை நீக்க இயலாது. சர்க்கரை நோய் போன்ற வேறு ஏதாவது இருப்பின் முதலாவது அதனைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும்.

தாய்வீட்டிற்கு வணக்கங்கள். என்னுடைய உச்சி முதல் உள்ளங் கால்வரை தீராத 15 வருட தோல் நோய். நான் பல மருத்துவர்களை சந்தித்து விட்டேன். இன்னும் தீர்வு இல்லை. நீங்கள் உதவுவீர்கள் என்ற நம்பிக்கையில் உங்கள் ஆலோசனை நாடி இதனை எழுது கின்றேன்.

திலகவதி

பரம்பரை, அதிக சூடு, குடலின் நச்சுத் தன்மை, செரிமானத் திறன் குறைவு, குடல் புழு, பகல் தூக்கம் போன்ற காரணிகளால் தோல் நோய் ஏற்படுகின்றது.

குடலின் நச்சுப் (Toxin) பொருளை நீக்கி செரிமானத் திறனை கூட்டி, கல்லீரலை புதுப்பிப்பதன் மூலம் எந்தத் தோல் நோயும் குணமாகும்.

வேம்பு, நன்னாரி, திரிபலா மற்றும் சோற் றுக் கற்றாழை நல்ல மருந்து. Asparagus, பீட்ரூட், கீரை, ஆல்மண்ட், வால்நட், மஞ்சள், இஞ்சி பாசுமதி அரிசி போன்ற உணவு வகைகளை உட்கொள்ளுதல் நலம்.

டாக்டர், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு என்றால் என்ன?

ஜெரீனா

'சதாவரி' என்ற மூலிகையின் இன்னுமொரு பெயர்தான் தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு. 'சதா' என்றால் 100 என்றும் 'வரி' என்றால் கணவர்களை உடையவள் என்றும் அர்த்தம். அதாவது இந்த மூலிகையை எடுத்தால் நல்ல உடல் பலம், ஆரோக்கியம் பெண்க ளுக்குக் கிட்டும் என்று வைத்திய சாஸ்திர நூல்கள் தெரிவிக்கின்றன. கர்ப்பப் பை கோளாறுகள், இடுப்புவலி, முடி உதிருதல் போன்ற பல பெண்களின் பிரச்சினைகளுக்கு நல்லதொரு தீர்வு சதாவரி.

டாக்டர், சென்ற இதழில் 'Gukkul' என்ற ஆயுர்வேத மூலிகை பற்றி எழுதியிருந்தீர்கள். அது ஊளைச் சதையை எத்தனை நாட்களில் குறைக்கும்?

யோகா Ajax

Gukkul என்ற மூலிகை, குண்டான உடம் பைக் குறைப்பதற்கும், கொலஸ்ட்ரால் அளவைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கும் பல ஆயிரம்



வருடங்களாகக் கொடுக்கப்பட்டு வருகின்றது. குறைந்த பட்சம் மூன்று மாதங்களாவது எடுக்க வேண்டும்.

பரம்பரை காரணிகள், வளர் சிதை மாற்றத் திறன் குறைவு, தைராய்டு குறைவு, அதிக அளவு கொழுப்பு பதார்த்தங்கள், இனிப்பு உணவுகள், உடற்பயிற்சி இல்லாமை, பகல் தூக்கம் போன்ற காரணங்களால் உடம்பு குண்டாகின்றது. Gukkul, திரிபலா, Liv 52 போன்றவற்றை எடுத்தால் நல்ல மாற்றம் கிட்டும்.

உடலின் நச்சுத் தன்மையை நீக்க என்னென்ன மூலிகைகளைப் பாவிக்கலாம்?

வெண்ணிலா

வேம்பு, சோற்றுக்கற்றாழை, அருகம்புல், நன்னாரி, ஆமணக்கு எண்ணெய், கடுக்காய், முருக்கன் விதை போன்ற மூலிகைகள் பிர தானமாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

'Hydrotherapy' என்று அழைக்கப்படும் தண்ணீரினால் குடலைக் கழுவும் முறையும் மிக நல்லதாகக் கருதப்படுகின்றது.

இதற்கான பல மையங்கள் மிஸிஸாகா, யோர்க், ரொறன்ரோ போன்ற இடங்களில் செயல்பட்டு வருகின்றன.

'பஞ்சகர்மா' என்றால் என்ன என்று விளக்க இயலுமா?

ஸ்ரீதரன்

உடலின் ஐம்பூத அழுக்குகளை நீக்கி ஆரோக்கியத்தைக் கூட்டித்தரும் சிகிச்சை முறை என்று சொல்லலாம். இதனை முறைப் படி செய்வதென்றால் 21 நாட்கள் முதல் 51 நாட்கள் வரை தங்கியிருந்துதான் பெற வேண்டும்.

Arthritis, நரம்பு சம்பந்தமான நோய்கள், இளமையோடு வாழ, இன்றும் சகல விதமான ஆரோக்கியத்திற்கும் பஞ்சகர்மா நல்லது. இதனைப்பற்றி விரிவான விளக்கங்களை அறிய www.timherbals.com மற்றும் www.dr-franklin.com ஆகிய இணைய தளங்களில் கண்டு கொள்ளலாம்.

எனது வயது 52. சமீப காலமாக எனது குறியின் உட்புறச் சுவர்களில் பருக்கள் போலத் தோற்றமளிக் கின்றது. இதனால் உறவின் போது வேதனை அதிகமாகி வாழ்வே வெறுத்துப் போய்விடுகின்றது. என்ன செய்வதென்றே தெரியவில்லை. உங்கள் ஆலோசனையை நாடுகின் றேன்.

ரூமாலா

நீங்கள் நீரிழிவு நோயினால் பாதிக்கப்பட் டிருக்க வாய்ப்பு இருக்கின்றது. நீரிழிவு (சலரோகம்) / சர்க்கரை – நோய் தாக்கப்பட்ட ஆண் / பெண் இருபாலாருக்கும் குறியைச் சுற்றியோ அல்லது குறியின் உட்புறத்திலோ



பருக்கள், புண் போன்ற அறிகுறிகள் தோன்று வது இயற்கை அத்தோடு உலர்ந்து (dryness) போகவும் கூடும். உடனடியாக உங்கள் இரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவைக் கட்டுப்படுத்துங்கள். மருத்துவரிடம் தனிப்பட்ட ஆலோசனைக்கு முயற்சி செய்யுங்கள்.

எனது காலில் 'ECZEMA' என்னும் தோல் நோய் வந்து, பல மருத்து வர்களை சந்தித்தும் இதுவரை குணமாகவில்லை. எந்தவிதமான நல்ல தீர்வையும் ஏற்றுக்கொள்ளத் தயாராக இருக்கும் எனக்குத் தயவு செய்து நல்ல ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- பாருக் பாகஸ்.

முதலாவதாக சுகபேதி அல்லது Hydrotherapy எடுக்கவும். நீர் சிகிச்சையை ஒரு வாரத்திற்கு ஒரு முறை என்று 3 முறை செய்யுங்கள். 'Skinoarm' . 'Dermaclin'. Tim Skin' என்ற ஏதாவது ஒரு மருந்தை எடுத்து நோயை உடனடிக் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவரவும் 'Sorex' என்ற வெளிப்பூச்சு களிம்பையும் உபயோகப் படுத்தவும். கத்திரிக்காய், கடலை, முட்டை, கருவாடு, கடலுணவு போன்றவை களை தவிர்க்கவும்.

இரண்டு மாதங்கள், LIV-52 என்ற மருந்தை எடுக்க வேண்டும். வேம்பு, அருகம்புல் போன்ற ஏதாவது ஒன்றை இரத்தம் சுத்தமாக்க எடுக்க வேண்டும். ஆயுர்வேதம் மற்றும் சித்த மருத்துவத்தில் இதற்கென பரிந்துரை செய் யப்படும் மருந்து 'RGM' என்று அழைக்கப் படும். இரசகெந்தி மெழுகு மற்றும் வெட்பா லைத் தைலம்.

உங்களால் இயலாத பட்சத்தில் முழு நம்பிக் கையோடு ஒரு திறமைமிக்க சித்த வைத்தி யரை அணுகவும்.

டாக்டர், வயாகரா பாவிக்க கட்டுப் பாடுகள் ஏதேனும் உண்டா?

- சின்ன சாமி

நிச்சயமாக உண்டு. உயர் இரத்த அழுத்தம் உள்ளவர்கள், இருதய நோய் உள்ளவர்கள் வயாகரா பாவிக்கக் கூடாது. வயாகரா பாவிப்பவர்கள் வையின் போன்ற மது வகை களைப் பாவிக்கக் கூடாது. நீரிழிவு நோயி னால் பாதிக்கப் பட்டவர்களாக இருந்தால், உங்கள் குடும்ப வைத்தியர் 'Levitra' என்ற ஆனந்த மாத்திரையை பரிந்துரை செய்வார். இது போன்ற சந்தேகங்களை நேரடியாகக் கலந்து ஆலோசனைபெறுதல் நல்ல பயனைத் தரும். இன்பம் பொங்கட்டும் - இனிமை கூடட்டும்.

எனது மகளுக்கு வயது 21. சமீப காலமாக மிகவும் இளைத்துக் காணப்படுகிறாள். அடிக்கடி சோர்ந்து படுக்கிறாள். முடி உதிருதல், நாரி வலி போன்றவற்றால் அவதியுறு கின்றாள். எங்களுக்குக் கவலையாக இருக்கின்றது.

- இரமணி பிரியா.

பெண்கள் வயதுக்கு வந்தவுடன், அவர்க ளுக்கு சுகாதாரத்தைக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். ஒரு நாளைக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று உள்ளாடைகளை மாற்றி அணியவும், தண்ணீர் கொண்டு சுத்தம் செய்யவும் அறிவுரை சொல்ல வேண்டும். சில வகை கிருமிகளால், 'வெள்ளை படுதல்" என்ற நோய் ஏற்பட அதிகமான வாய்ப்பு இருக் கின்றது. இது கர்ப்பபையிலிருந்து சுரக்கும் ஒரு திரவம். சில வேளைகளில் மஞ்சள் நிறத்திலும் இருக்கும். தாங்க இயலாத துர் நாற்றம் உடையதாகவும், தன்னம்பிக்கையை குறைப்பதாகவும் இது இருக்கும். முடி உதிருதல், இடுப்புவலி, கண் எரிச்சல், உள்ளங்கால் எரிதல் போன்றனவும் இந்த நோயின் பக்க விளைவுகள். 'பாதாம்பிசின்" என்று கேட்டு வாங்கி இரண்டு தேக்கரண்டி தூளாக நொறுக்கி தண்ணீரில் ஊறப் போடவும். மறுநாள் காலை வெறும் வயிற்றில் இதனை சாப்பிட வேண்டும். தொடர்ந்து 5 நாட்கள் செய்து வர நல்ல பலன் கிட்டும். இதர மருந்துகள்:- சோற்றுக்கற்றாழை மற்றும் வெந்தயம்.

நரம்புகள் ஊக்கமடைய என்ன செய்ய வேண்டும்?

இராதா

நீங்கள் ஆணா அல்லது பெண்ணா என்று எனக்குத் தெரியவில்லை. தினமும் ஒரு கீரை, வாரத்தில் ஒரு நாள் எண்ணைக் குளியல், இரவு 9.00 மணிக்கு நித்திரைக்கு செல்லுதல், தினமும் 20 நிமிட சீரான உடற் பயிற்சி, சிரமப்படாமல் இலகுவாக மலம் கழித்தல் போன்ற பழக்கம் இருந்தால் - ஆணாக இருந்தாலும், பெண்ணாக இருந் தாலும் நரம்புகள் ஊக்கம் பெறும். முருங்கை, பாதாம், பேரீச்சை, சிலாசத்து, ஆட்டுப்பால் போன்றவை ஆண்களுக்கு சிறந்த பலனைத் தரும்.

rajasekar@thaiveedu.com



மரணத்தின் பின்பு...

32ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

மாதா மாதம் $280. ஆக கூடுதலாக $545.25 வரை தேசிய சேமிப்பு திட்டத்தில் மரணமாகியவர் செலுத்திய தொகைகள் செலுத்திய காலங்கள் என்ற அடிப்படையில் கணக்கிட்டு வழங்கப்படும். இக் கணக்கீடு என்பது விதவையாக இருப்பவர் எந்த வயதில் இதற்கு விண்ணப்பம் செய்யும் போது இருக்கின்றார் என்ற அடிப்படையிலும் திர்மானிக்கப்படும். விண்ணப்பம் கிடைத்து பன்னிரண்டு கிழமைகளுக்கு பின்னர் மாதா மாத கொடுப்பனவு ஆரம்பித்து விடும்.

மாதா மாதம் வழங்கும் இக் கொடுப்பனவு என்பது நேரடியாகவும் காசோலையாகவும் அனுப்புவார்கள். இதனை பெற்றுக் கொள்ள உரித்துடையவர் தமது வங்கி கணக்கு இலக்க விபரங்களை சமர்ப்பிக்கும் போது நேரடியாக வங்கி கணக்கிலும் வைப்பு செய்வார்கள் (Direct Deposit)

விதவையாக உள்ள மனைவி அல்லது கணவர் சில நேரங்களில் இன்னொரு திருமணம் சட்ட ரீதியாக செய்தாலும் இக் கொடுப்பனவுகளை தொடர்ந்து பெற்றுக் கொண்டேயிருக்கலாம்.

பிள்ளைகள் இருந்து, இப் பண நிவாரணம் பெற உரித்துடையவராக இருந்தால், இத்துடன் "Application for a CPP survivor's pension and children benefits" என ஆங்கிலத்தில் குறிப்பிடப்பட்ட விண்ணப்பப் படிவம் பெற்று நிரப்பி வழங்குதல் வேண்டும்.

இதே விண்ணப்பத்தில், மரணமாகியவரின் மனைவி அல்லது கணவனுக்கு வழங்கும் சிறு வருமானம் (CPP Survivor benefit), மற்றும் இங்கு நான்காவதாக குறிப்பிடப்படும், மரணமாகியவரில் தங்கியிருக்கும் பிள்ளைகளுக்கு வழங்கும் சிறு வருமானம் (CPP Children benefit) ஆகிய இரு தேவைகளுக்கும் ஒரே விண்ணப்பத்தில் மனு செய்யலாம்.

இவ் விண்ணப்பத்தில், மரணமாகியவர் பற்றிய விபரங்கள், நட்ட ஈடு கோருபவரின் விபரங்கள், மரணமாகியவரில் தங்கியிருக்கும் பிள்ளைகள் பற்றிய விபரங்கள். விண்ணப்பம் இவர்கள் சார்பில் வேறு ஒரு பிரதிநிதி சமர்ப்பிப்பவராக இருந்தால் அவர் பற்றிய விபரங்கள், உறுதிப்படுத்தும் கையெழுத்துக்கள் போன்ற தகவல்களுக்கு தெளிவாக பதில் வழங்குதல் வேண்டும்.

3. மரணமாகியவரின் மனைவி அல்லது கணவனுக்கு வழங்கும் இன்னொரு சலுகை பணம் (Allowance for the survivor)

கணவனை அல்லது மனைவியினை இழந்த ஒருவர் இக் குறிப்பிட்ட மேலதிக சலுகை பணத்தினை பெற வேண்டுமானால் பின்வரும் தகைமைகளுக்கு உட்பட்டு இருத்தல் வேண்டும்.

- கணவனை அல்லது மனைவியினை இழந்த ஒருவர் 60-64 வயதுக்கு இடைப்பட்டவராக இருத்தல் வேண்டும்.
- கனடாவின் பிரஜாவுரிமை அல்லது நிரந்தர வதிவுரிமை உடையவராக இருத்தல் வேண்டும்.
- கனடாவில் 18 வயதின் பின்பு குறைந்தது பத்து வருடங்களேனும் வசித்து இருத்தல் வேண்டும்.

இக் குறிப்பிட்ட சலுகை கொடுப்பனவு என்பது தற்போதுள்ள நிலவரப்படி ஆக கூடுதலாக மாதம் $587.79 வரை. ஓய்வூதிய சேமிப்புத் திட்டத்திற்கு வழங்கப்பட்ட மொத்த தொகை, வழங்கப்பட்ட காலங்கள் என்ற அடிப்படையில் கணக்கிடப்பட்டு வழங்கப்படும்.

அதாவது மரணமாகியவரின் குடும்பத்தில் உள்ள மனைவி அல்லது கணவன் வயது முதிர்ந்து ஒரு குறிப்பிட்ட இடைக்காலத்தில், வருமானமும் குறைந்த நிலையில் இருக்கும் சந்தர்ப்பம் உருவாகியிருந்தால் மட்டும் இச் சிறு சலுகையினைப் பெற மனு செய்து பார்க்கலாம். இதற்கு விண்ணப்பிக்கும் மனுவில்

மனு செய்பவர் பற்றிய விபரங்கள்

இறந்தவருக்கும் மனு செய்பவருக்கும் உள்ள திருமண பந்த உறவுகள், சட்டரீதியான வதிவுரிமை, கனடாவில் வாழும் காலம், ஏனைய நாடுகளில் இருந்து பெறும் பண வருமானம் இருந்தால் அது பற்றிய விபரங்கள் போன்ற பல வினாக்களுக்கு விண்ணப்பத்தில் பதில் வழங்குதல் வேண்டும்.

4. மரணமாகியவரில் தங்கியிருக்கும் பிள்ளைகளுக்கு வழங்கும் சிறு வருமானம் (Canada Pension Plan – Children's Benefits)

மரணமாகியவருக்கு பதினெட்டு வயதுக்கு உட்பட்ட பிள்ளைகள் இருந்தால், அவர்கள் ஒரு சிறு மாத வருமானம் மரணமான தங்கள் தாய் அல்லது தகப்பன் செலுத்தி வந்த கனடா ஓய்வூதிய சேமிப்பு திட்டத்திலிருந்து பெற்றுக் கொள்ளலாம். 18 வயதுக்கு உட்பட்ட பிள்ளைகளுக்கு மட்டுமே இந் நிவாரணம் வழங்கப்படும்.

18 வயதுக்கு மேற்பட்ட நிலைமையாக இருந்தால் 25 வயது வரை முழு நேர மாணவராக அங்கீகரிக்கப்பட்ட கல்வி நிறுவனத்தில் பயின்று கொண்டிருந்தால் தொடர்ந்து பெறலாம். 25 வயதினைக் கடந்தவுடன் இப் பணக் கொடுப்பனவு நிறுத்தப்பட்டு விடும்.

இத் தொகை என்பது மாதா மாதம் ஆகக் கூடுதலாக தற்போதுள்ள நிலவரப்படி $213.99 வரை, சேமிப்பில் இடப்பட்ட தொகை, காலம் என்ற அடிப்படையில் கணக்கிடப்பட்டு வழங்கப்படும்.

இப் பண உதவிகளை பெறுவதற்குரிய விண்ணப்பங்களைப் பெறுவது?

- மரண சேவையினை நடாத்தும் நிறுவனத்தினர் (Funeral Service Home) அரசின் சார்பில் சில இடங்களில் விண்ணப்பங்களை குடும்பத்தினருக்கு வழங்கி அதனை எப்படி முன்னெடுப்பது என்பது தொடர்பான ஆலோசனை வழங்குவது உண்டு.
- "Service Canada" என ஆங்கிலத்தில் குறிப்பிடப்படும் அலுவலகங்கள் பல இடங்களிலும் குறிப்பாக பல் தொடர் அங்காடி கடைகள் உள்ள கட்டிடங்களில் (Shopping Mall) வாடிக்கையாளர்களாக இயங்கி கொண்டே உள்ளது. நேரடியாக அங்கு பெறலாம். எப்படி முன்னெடுப்பது என வழியும் காட்ட உத்தியோகத்தர்கள் தயாராக உள்ளனர். பின்னர் நிரப்பப்பட்ட விண்ணப்பத்தினையும் அங்கு சமர்ப்பிக்கலாம்.
- www.servicecanada.gc.ca என்னும் இணைய தளத்தினுள் சென்று தகவல்களை அறிவதுடன் விண்ணப்பங்களை பதிவிறக்கம் செய்து பெற்றுக் கொள்ளலாம்.
- 1-800-277-9914 என்னும் தொலைபேசிக்கு அழைத்து தபால் மூலமும் விண்ணப்பங்களையும், தகவல்களையும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

sivapunch@thaiveedu.com



காப்புறுதியில் குழப்பமா?

காப்புறுதியில் குழப்பமா? விண்ணப்பம் கோரத் தயக்கமா?

காப்புறுதி திட்டம் பற்றிய சரியான, தெளிவான இலகுவில் கிரகிக்கும் வண்ணம் விளக்கம் கொடுக்க வேண்டும் என்பதாலும், இதே தருணம் "தாய்வீடு" வாசகர்களும் காப்புறுதி தொடர்பான ஆக்கங்களை தருமாறு கேட்டுக்கொண்டதாலும் காப்புறுதிபற்றிய விளக்கத்தினை இந்த இதழிலும் எதிர்வரும் இதழ்களிலும் ஆராய்வோம்.

Universal Life - சேமிப்புடன் கூடிய சலுகைகள் கொண்ட ஆயுட்காப்புறுதி

இந்த காப்புறுதி திட்டம் ஏனைய காப்புறுதி திட்டங்கள் போன்றல்லாது பல்வேறு சலுகைகளை வாடிக்கையாளருக்கு, அவர்களுக்குச் சாதகமாக வழங்கும் காப்புறுதி. முக்கியமாக குறிப்பிடப்போனால் தற்சமயம் நிலவும் வேலை இல்லாத் திண்டாட்டம், வேலை இழப்பு காரணமாக பணம் செலுத்த கஷ்டப்படும் சூழ்நிலையில் ஒரு வித மன ஆறுதலைக் கொடுக்கும் திட்டமாகும். (வட்டி அறவிடப்படமாட்டாது)

இந்த திட்டத்தில் மாதாந்த கட்டணத்தை நிர்ணயிக்கும் முக்கிய காரணிகள்

- ஆணா, பெண்ணா என்ற விபரம்
- புகையிலைப் பதார்த்தங்கள் உபயோகிப்பவரா, இல்லையா என்ற விபரம்.
- நோயாளியா அல்லது தேகநலன் சீராக உள்ளவரா, இல்லையா என்ற விபரம்.
- எந்தெந்த மேலதிக சலுகைகளை (Benefits) எதிர்பார்க்கிறார் என்ற விபரம்
- விண்ணப்பதாரர் எவ்வளவு காலம் பணம் செலுத்த விரும்புகிறார் என்பதை பொறுத்து அறவிடும் காப்புறுதி தொகைக்கான பணம்.

ஆங்கிலத்தில் இதை 'cost of insurance' என்று அழைப்பது வழக்கம். இந்த Cost of Insurance இனை பொறுத்தவரை 6 வகையுண்டு. அவை முறையே,

- 'வருடாவருடம் அதிகரிக்கும் காப்புறுதி அறவீட்டுப் பணம் (Yearly Renewable Term) சுருக்கமாக YRT என அழைக்கப்படும் அல்லது Annual Renewable Term (சுருக்கமாக A.R.T)
- ஆரம்பத்தில் வருடாவருடம் அதிகரித்து பின்னர் குறிப்பிட்ட காலவரை முடிவில் ஆயுள் காலம் வரை மாறாத அறவீட்டுப் பணம் (YRT to Level)
- ஆரம்பத்திலிருந்து இறுதி வரை ஒருபோதும் மாறாத அறவீட்டுப் பணம் (Level Cost of Insurance)
- 20 வருடம் மட்டுமே அறவிட்டு அதன்பின் ஆயுள் காலம் வரை நீடிக்கும் காப்புறுதி திட்டம் (Limited 20 Pay cost of Insurance)
- 15 வருடம் மட்டுமே அறவிட்டு அதன்பின் ஆயுள் காலம் வரை நீடிக்கும் காப்புறுதி திட்டம் (Limited 15 Pay cost of Insurance).
- 10 வருடம் மட்டுமே அறவிட்டு அதன்பின் ஆயுள் காலம் வரை நீடிக்கும் காப்புறுதி திட்டம் (Limited 10 Pay cost of Insurance). என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

'வீட்டு அடமானக்கடனை எவ்வளவு குறைந்த காலத்தில் கட்ட இருக்கிறீர்களோ அதேபோல் தான் இந்த கட்டுப் பணமும் வேறுபடும்'' அத்துடன் குறிப்பாக எல்லா நிறுவனங்களும் இந்த மாதிரியான திட்டங்களை வழங்குவதில்லை. ஆகையினால் இதை தீர விசாரித்து அந்தந்த நிறுவன தலைமை அலுவலகத்திலிருந்து எழுத்தில் வாங்கி வைப்பது, உங்களுக்கு நிச்சயமாக மன ஆறுதல் திட்டமாக அமையுமேயொழிய மன வேதனைத் திட்டமாக அமையாது என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

சில காப்புறுதி விற்பனையாளர்கள் Telemarketing Company விற்பனையாளர் உதவியுடன் இந்தியாவில் இருந்து காப்புறுதி பற்றிய அறிவு அறவே இல்லாத தொலைபேசி விற்பனையாளர்கள் மூலம் இங்குள்ள பலருடன் தொலைபேசியில் தொடர்புகொன்டு காப்புறுதி வாடிக்கையாளர்களை எடுத்து கொடுத்து Commissionஐ பெற்றுக் கொள்கிறார்கள்.

இவர்கள் பெரும்பாலும் விற்கும் அந்த காப்புறுதி திட்டத்தில் மேற்கண்ட சலுகைகள் ஒன்றும் கிடையாது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. குறிப்பாக Limited Pay Plan அறவே கிடையாது. ஆனால் இவர்கள் சேமிப்பு வட்டி வீதத்தினை சற்று கூட போட்டு இத்தனை வருடத்திற்கு பின்னர் நீங்கள் கட்டத்தேவையில்லையென்று சொல்லி விற்கிறார்கள். இவர்கள் விற்கும் காப்புறுதி ஒப்பந்தத்தில் ஒருவித சலுகையும் இல்லாமல் 'வெறும் மரணக் காப்புறுதியினை' மட்டும்தான் விற்கிறார்கள்.

மேற்குறிப்பிட்ட விதம் விதமான Cost of Insurance எந்தெந்த சூழ்நிலையில் திறம்பட செயல்படும் என்பதை பின்னர் ஆராய்வோம்.

Universal Lifeஇனை பொறுத்தவரை (level Cost, Limited pay Cost of Insurance என்ற திட்டங்களில்) உங்கள் மாதாந்த கட்டணத்தில் 'குறைந்த கட்டுப்பணம் (Minimum Payment) அதிகூடிய கட்டுப்பணம் (Maximum Payment) என இருவகையான கட்டணங்கள் உண்டு. நீங்கள் குறைந்த கட்டணத்தை செலுத்தினாலும் கூடிய கட்டணத்தை செலுத்தினாலும் காப்புறுதிக்கான அறவீட்டுப்பணத்தை Cost of Insuranceஇல் ஒரு விதமான மாற்றமும் இருக்காது. அத்துடன் நீங்கள் கட்டும் மேலதிக பணம் வட்டியில் வளர்ந்து கொண்டு போவதனால் இந்த மேலதிக வட்டி வீத வளர்ச்சி 'வருமானவரியின்றி ஆயுள் காலம் வரை வளரும் சேமிப்புத்திட்டம்' என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இந்த மாதிரியான திட்டங்கள் கனடாவில் வேறு எந்த நிதி நிறுவனமும் கொடுப்பதில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

'R.R.S.P' இனை பொறுத்த வரை வயது 71 வரை வளரும் சேமிப்பு வளர்ச்சி வருமான வரிக்கு உட்படுத்தமாட்டாது. ஆனால் 71 வயது தாண்டியதும் உங்கள் சேமிப்பு வளர்ச்சியின் முதல் வாரிசுதாரர் வருமான வரி இலாகாவேயொழிய நீங்களோ அல்லது உங்கள் குடும்பத்தாரோ அல்ல. அதாவது சுருக்கமாக கூறின் 'R' என்ற எழுத்தில் தொடங்கும் எந்த சேமிப்பு திட்டமாக இருப்பினும் முதல் வாரிசுதாரர் வருமானவரி இலாகா என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. உதாரணமாக RRSP, RESP, RRIF, R.I.F ஆகிய திட்டங்களை எடுக்கும் போது உங்களுக்கும் ஆரம்பத்தில் ஏதோ ஒரு வகையில் சலுகை கிடைக்கிறது. ஆனால் Universal Life இனை பொறுத்தவரை இந்த சலுகைகள் கிடையாது. காரணம் இந்த பிரத்தியேகமான திட்டத்தில் வருமான வரி இலாகாவிற்கு பங்கில்லை. இதனைப் பற்றிய விளக்கம் பிரபல புத்தக சாலைகளில் 'Financial Planning' என்ற தலைப்பில் பிரசுரித்துள்ளார்கள். இவர்கள் ஒருவித காப்புறுதி நிறுவனங்களையும் சாராத பிரபல கணக்கியலாளர் கொண்ட நிறுவனம் (Accounting Firm) என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

இனி விதம் விதமான Cost of Insurance எந்தெந்த சூழ்நிலையில் திறம்பட செயல்படும் என்பதை ஆராய்வோம்.

YRT

இந்த திட்டம் சிறுகுழந்தைகளுக்கு அவர்கள் கல்வித் திட்டமும் காப்புறுதி திட்டமும் ஒருங்கிணைத்த திட்டமாக அமைவதற்கு திறமாக செயல்படும். காரணம், சிறு குழந்தைகளுக்கான காப்புறுதி அறவீட்டுப் பணம் மாதாந்தம் ஒரு சில டொலர்கள் மட்டுமே. ஏனெனில், சிறு பிள்ளைகளை பொறுத்தவரை மரணம் ஏற்படுவதற்கான சாத்தியக்கூறு மிக மிகக் குறைவு. உதாரணமாக 3 வயது குழந்தைக்கு $200,000இற்கான மாதாந்த காப்புறுதி அறவீட்டுப் பணமான Cost of Insurance ஏறத்தாழ $15 டொலர்கள் மட்டுமே. அதே சமயம் அதிகப்படியான மாதாந்த கட்டுத்தொகை ஏறத்தாழ $200 டொலர்களாகும். மேலதிகமாக கட்டும் $ 185 சேமிப்புத் திட்டத்திற்கு ஒதுக்கப்படுவதனால் இவர்கள் வயது 18 வந்தவுடன் இந்த சேமிப்பினை அவர்கள் படிப்பிற்கோ அல்லது எந்த அத்தியாவசிய தேவைக்கோ உபயோகப்படுத்தலாம். இதில் பிள்ளை காப்புறுதி செய்யப்பட்டவராகவும் பணம் செலுத்தும் தகப்பனார் அல்லது தாயார் அல்லது பிள்ளையின் நலன் கருதி பணம் கட்டும் நபர் உரிமையாளராகவும் விண்ணப்பிக்கலாம். பணம் கட்டிக்கொண்டு வருகையில் இந்த உரிமையாளருக்கு திடீர் மரணம் அல்லது நிரந்தர ஊனம் ஏற்படுகையில் இந்த கட்டுத்தொகையை காப்புறுதி நிறுவனமே உரிமையாளரின் வயது 60 அல்லது 65 வரை உரிமையாளர் சார்பாக செலுத்திக்கொண்டு வரும். இதன் காரணமாக சேமிப்பின் வளர்ச்சி காரணமாக பிள்ளைக்கு ஒரு சுபீட்சமான வாழ்க்கையை உருவாக்கும். இந்த மாதிரியான ஒழுங்கை 'Automatic Payment Benefit; (சுருக்கமாக APB) on the Payor அல்லது 'Owner's Death and Disability waiver' என்று ஆங்கிலத்தில் அழைப்பார்கள். இரண்டு நிறுவனங்களைத் தவிர இந்த திட்டம் வழங்கும் ஏனைய நிறுவனங்கள் வயது 60 தாண்டியதும் இந்த சலுகை கொடுப்பதில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

YRT to Level

பிள்ளையின் வயது 21 தாண்டியவுடன் அல்லது பிள்ளையின் படிப்பு முற்றாக முடிந்தவுடன் இந்த Cost of Insuranceஇனை Level Cost of Insuranceஆக மாற்றி காப்புறுதியின் உரிமையாளராக பிள்ளையை நிர்ணயிப்பதன் மூலம் பிள்ளையின் காப்புறுதி கட்டுப்பணம் எப்போதும் மாறாத வகையில் குறைந்த கட்டணத்தில் மனுச் செய்யலாம். இந்த ஏற்பாடு செய்வதற்கு ஒருவித மருத்துவ சோதனையும் தேவைப்படாது. அத்துடன் பிள்ளை தன் விருப்பப்படி காப்புறுதித்திட்டத்தில் மேலதிக சலுகைகளையும் தேர்ந்தெடுக்கலாம். இந்த மேலதிக சலுகைகள் பின்னர் ஆராயப்படும். அத்துடன் இந்த மேலதிக சலுகை



களுக்கு மேலதிக பணமும் தேவைப்படும் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. அதாவது சுருங்கக் கூறின் அவரவர் கட்டுப்பணத்திற்குஏற்ப சலுகைகளைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

Level Cost

நடுத்தர வயதினர் குறைந்த கட்டுப்பணத்திற்கு அதி கூடிய காப்புறுதி தொகையை ஆயுள் பூராக அல்லது மரணம் ஏற்படும் வரை கட்டிக் கொண்டு வரலாம். அத்துடன் முதியோரும் (85 வயதுக்கு உட்பட்ட) இந்த மாதிரியான Level cost உள்ள காப்புறுதி திட்டத்திற்கு மனுச் செய்யலாம். முதியோருக்கு ஏதாவது ஏகப்பட்ட வருத்தங்கள் இருக்குமாயின் 'மருத்துவ ரீதியின்றி' உடனடியாக அமுலுக்கு கொண்டுவரும் காப்புறுதி திட்டங்கள் உகந்தது. 'மருத்துவ ரீதியாக' மனுச்செய்து நிராகரிக்கப்படின் அல்லது மனுச் செய்து தேகநிலைகாரணமாக மாதாந்த கட்டுப்பணம் மேலதிகமாக நிறுவனம் அறவிட்டால் உடனடியாக அமுலுக்கு வரும் காப்புறுதித் திட்டமும் செல்லுபடியாகாது என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. ஆகையினால் ஆரம்பத்திலேயே உங்கள் சுகயீனங்களை ஒருவித ஒளிவு மறைவு இல்லாமல் காப்புறுதித்துறையில் நன்கு அனுபவமுள்ள அறிவுள்ள, முழுநேரமாக சகல காப்புறுதி நிறுவனங்களின் திட்டங்களையும் தெளிவாக, துல்லியமாக புரிந்து கொண்ட பிரதிநிதியுடன் தொடர்பு கொள்வதன் மூலம் சரியான திட்டத்தை தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

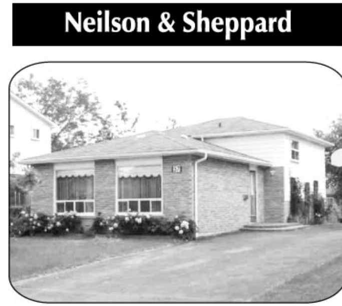
(தொடரும்)

saththivel@thaiveedu.com



Make the Right Move, at the Right Time, with the Right Professional

Neilson & Sheppard



$249,900
3+1 Bedrooms, 2 Washroom

Midland & Lawrence



$164,900
2 Bedrooms, 2 Washroom

Markham & Sheppard



$289,000
3+1 Bedrooms, 4 Washroom

Hurontario & Hwy 403



$299,900
3 Bedrooms, 2 Washroom

Markham & Lawrence



$279,900
3+2 Bedrooms, 2 Washroom

Kipling & Steeles



$159,900
2+1 Bedrooms, 2 Washroom

Markham & Sheppard



$279,000
3+1 Bedrooms, 2 Washroom

Finch & Birchmount



$144,900
2 Bedrooms, 1 Washroom

Warden & Finch



$469,000
4 Bedrooms, 3 Washroom

Hwy 7 & 9th Line



$369,500
3 Bedrooms, 3 Washroom

9th Line & 16th Ave.



$369,900
4 Bedrooms, 3 Washroom

Morningside & Finch



$339,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

Tounton/Harmony



$459,900
4 Bedrooms, 4 Washroom

Markham & Passmore



$389,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

Hoover Park & 10th Lne



$379,900
4 Bedrooms, 3 Washroom

Morningside & Finch



$399,900
3+1 Bedrooms, 4 Washroom

Rurhterford & Weston Rd



$385,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

Middlefield & Finch



$149,900
1+1 Bedrooms, 1 Washroom

Hwy 10 & Eglinton



$309,900
3 Bedrooms, 3 Washroom

Markham & Finch



$224,900
4+1 Bedrooms, 3 Washroom

Not Intended to Solicit Currently Listed Properties or Buyers Under Contract.

Apex Creations - 416-297-0707

முகவரி காட்டும் முகவர்களாய் நாங்கள், வீடு வாங்க விற்க அழையுங்கள்





HomeLife/Future Realty Inc., Brokerage*
7 Eastvale Dr, Suit 205, Markham On. L3S 4N8
Bus.: 905-201-9977 Fax : 905-201-9229
www.realhouse.ca
*Independently Owned and Operated, REALTOR



தமிழ் சுப்பிரமணியம் (செல்வன்)

Thamil Suberamaniam (Selvan)
Sales Representative
Direct : 416.358.6200
Email : thamilrealtor@gmail.com



முகுந்தன் நடராஜா

Mugunthan Nadarajah
Sales Representative
Direct : 416.276.8025
Email : homelifemugunthan@gmail.com

கீரை உணவு வகைகள்

பொன்னாங்காணிக் கீரை

உதயணன்

“அமிர்தமேயானாலும் அளவுக்கு மிஞ்சினால் அம்புலன்ஸ் வரும்”

“கீரையையும் தயிரையும் சேர்த்து இரவில் சாப்பிடலாமா, கூடாதா?” என்ற வாதம் ஒரு சபைக்கு வந்தது. “கீரை குளிர்ச்சியானது தயிரும் குளிர்ச்சியானது. இரண்டையும் ஒன்றாக இரவில் சாப்பிட்டால் செமிபாட்டின்மை போன்ற தொல்லைகள் வரலாம்” என்று ஒருவர் முறைப்பாடு செய்தார்.

“இல்லையில்லை. நண்பனின் நண்பன் நல்ல நண்பன் என்ற கோட்பாட்டை அறியாத நண்பருக்கு ஒன்று சொல்கிறேன். குளிர்ச்சி ப்ளஸ் குளிர்ச்சி டபிள் குளிர்ச்சி. அதனால் சாப்பிடலாம்” என்று அடித்துச் சொன்னார் இன்னொருவர்.

ஒரு வயதான வக்கீல் முணுமுணுத்துக் கொண்டே எழுந்தார். அவர் ஒரு காலத்தில் வக்கீலாக இருந்து நொடித்துப் போய் ஆயுள்வேத வைத்தியரானவர். அவர் இவரைப் பார்த்து, “தம்பி, சிரித்துக்கொண்டே வீட்டுக்குள் வந்து வீட்டைச் சிதைத்து விட்டுப் போகிறவர்களைப் பார்த்திருக்கிறாயா? இந்த உடலும் ஒரு வீடுதானப்பா. சாப்பிடும் போதுதான் தயிர் குளிர்மையாக இருக்கும். உள்ளே போய் உடம்பின் சூட்டைக் கிளப்பி விட்டுவிடும். வெளியே ஒரு குணம், உள்ளே வேறு குணம் உள்ள மனிதரை நீ இன்னும் பார்க்கவில்லையா?” என்று கேட்டார்.

வேறொருவர் அந்தச் சபையில் நீதிபதியாக இருந்து தீர்ப்புச் சொல்ல முன்வந்தார். அவர் பாவேந்தர் பாரதிதாசனின் குடும்ப விளக்கு என்னும் நூலின் 128 பக்கங்களையும் அட்சர சுத்தமாகப் படித்துக் காட்டிக் கடைசியில் பின்வரும் நான்கு அடிகளைத் திரும்பவும் இராக சுத்தமாகப் பாடிக் காட்டினார்.

“கீரை, தயிர் இரண்டும்
கேடு செய்யும் இரவில்
மோரைப் பெருக்கிடு
முப்போதும் - நேரிழையே !”

எனவே, கீரையும் தயிரும் இரவிலே வேண் டாம் என்று நீதிபதியாகப்பட்டவர் வழங்கிய தீர்ப்பைக் கேட்ட வாதத்தைத் தொடக்கியவர் மனம் மகிழ்ந்தார்

இதற்கு மருத்துவ நிபுணர்கள் என்ன சொல் லுகிறார்கள்? “பொதுவாக, இரவில் கீரை சாப்பிட்டால் தயிர் சாப்பிடக் கூடாது என்ற கருத்து மக்களிடையே நிலவுகிறது. ஆனால் பெரிய கெடுதல் எல்லாம் அதனால் வர வாய்ப்பில்லை. கீரையில் ஆக்ஸலேட், ஃபைட்டேன் என்ற சத்துக்கள் இருக்கின்றன. தயிரில் சுண்ணாம்புச் சத்து இருக்கிறது, கீரையையும் தயிரையும் சாப்பிட்டால் சுண்ணாம்புச் சத்து உடலில் சேராது. உடலையும் ஆரோக்கியத்தையும் பொறுத்தவரையில் எல்லோருக்கும் இதுதான் விதி என்று சட்டம் போடுவதுபோலக் கண்டிப்பாகக் கூறிவிட முடியாது. எதையும் அவரவர் உடலுக்கு ஏற்றவாறு அளவோடு உண்டால் ஆபத்து எதுவும் வராது.” என்று கூறும் ஒரு சத்துணவியல் நிபுணர், ‘அளவோடு உண்டால்’ என்பதை அழுத்திச் சொன்னார். இதனால் நமக்குக் கிடைக்கிற நீதி என்ன வென்றால்,

கீரை உணவு - 5

“அமிர்தமேயானாலும் அளவுக்கு மிஞ்சினால் அம்புலன்ஸ் வரும்” என்பதாகும்.

நாம் பயன்படுத்தும் கீரைகளில் மேலும் சில வருமாறு: முல்லைக் கீரை, முளைக் கீரை, லீக்ஸ், வல்லாரைக் கீரை, வெங்காயக் கீரை, வெந்தயக் கீரை ஆகியன. இந்தக் கட்டுரையில் பொன்னாங்காணிக் கீரையைப் பற்றிப் பார்க்கலாம்.

“இந்தக் கீரையை நாள்தோறும் உண்பதால் உன் உடல் பொன்போல ஒளிர்வதைக் காண்பாய் நீ.” என்று சொல்லுகிறார்கள். பூமியில் தங்கம் மட்டும் விளைவதில்லை. தங்கச்சத்து நிறைந்த பொன்னாங்காணியும் விளைகிறது. பொன்னாங்கண்ணி, பொன்னாங்காணி என்ற இந்த இரு பெயர்களையும் தவிர, இந்தச் செடிக்குக் ககதிராசு, வாது வர்ணா, கொடுப்பை, பொற்றலைக் கையான், பொன்காணும் கண்ணி, கண்ணுக்கு இனியாள், செங்கண்ணி, சீதளச்சக்தி, நிசோத்திரம், விண்ணுக்குள் மூர்த்தி, பொன்னி, சீதை,

> “ நம்மோடு ஒரே பிளேனில் வெறுங்கையோடு
> வந்த வேலாயுதத்தின் பேரன்
> தனது புதுப் பெண்டாட்டிக்குப் புதுக் கார்
> வாங்கிக் கொடுத்துவிட்டான் என்று
> அறிந்தவுடன்
> நெஞ்சு பகீரென்று பற்றி எரிந்து
> ஒரு வயிற்றெரிச்சல் ஏற்படுமே,
> அந்த வயிற்றெரிச்சலைப்
> பொன்னாங்காணிக் கீரை போக்காது. ”

பொன்னாங்கண்ணி

இந்தக் கீரையை பொன்னாங்கண்ணி என்றும் பொன்னாங்காணி என்றும் அழைக்கிறார்கள். மருத்துவ நூல்களில் இரண்டு பெயர்களும் கையாளப்பட்டு இருக்கின்றன. இரண்டு பெயர்களுக்கும் ஒவ்வொரு காரணமும் சொல் வழக்கும் இருக்கின்றன. பொன்னாங்கண்ணிக் கீரையைத் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் கண்களில் பொன்னின் பிரகாசம் ஏற்பட்டுப் பார்வை கூர்மையாகும் என்பார்கள். உடலுக்குப் பொன் போன்று கவர்ச்சியையும் பிரகாசத்தையும் தரக்கூடிய சக்தி படைத்த மூலிகை என்ற கருத்தும் உண்டு. போன கண்ணைக் கொண்டுவரும் ஆற்றல் உள்ளதால் பொன்னாங்கண்ணி என்ற பெயர் வந்தது என்று கிராமங்களில் சொல்லுவார்கள். “பொன்னாங் கண்ணிக்குப் புளியிட்டு ஆக்கினால் உண்ணாப் பெண்ணும் ஒரு உழக்கு உண்பாள்” என்றொரு சொல்வழக்கும் இருக்கிறது. பொன்னாங்கண்ணி என்பதற்கு பொன்னிறமும் அழகிய கண்களைக் கொண்டவளுமான சீதாபிராட்டி என்று பொருள் சொல்வாரும் உளர்.

பொன்னாங்காணி

பொன்னாங்காணி என்று அழைப்பவர்கள் பொன் + ஆ(கு)ம் + காண் + நீ என்று பிரித்து, சீதாமணிச்செடி, சோமகண்ணி, மீனாட்சி என்பவற்றோடு இன்னும் பல பெயர்கள் இருக்கின்றன.

எந்த பெயரைச் சொல்லி உண்டாலும் இந்தக் கீரையினால் நல்ல பயன் கிடைக்கிறது என்பது மட்டும் நிச்சயம். இந்தக் கீரையில் சுவை இல்லை. ஆனால் சுகம் உண்டு. பொன்னாங்காணியில் வைட்டமின் “ஏ” மிகுதியாக இருப்பதால், இந்தக் கீரையைத் தொடர்ந்து 27 நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் பகலிலும் நட்சத்திரங்களைப் பார்க்கலாமாம் அந்த அளவுக்குப் பார்வை கூர்மையாகும் என்பதால் இப்படிச் சொல்லப்பட்டு வந்தது. குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்து சாப்பிட்டு வந்தால் வளர்ந்த பின்னரும் கண் பார்வை பளிச்சென்று இருக்கும்.

பொன்னாங்காணியில் பச்சை நிற இலைகளைக் கொண்ட நாட்டுப் பொன்னாங்காணி, சிவப்பு நிற இலைகளைக் கொண்ட சீமைப் பொன்னாங்காணி என்று இரு வகைகள் இருக்கின்றன. இவற்றுள் பச்சை நிறம் கொண்ட நாட்டுப் பொன்னாங்காணியே மிகவும் சிறந்தது.

பொன்னாங்காணி இலங்கை இந்திய நாடுகளில் ஈரமான இடங்களில் தானாகவே வளரும். சாதாரணமாகக் காம்புகளைக் கிள்ளி நாட்டினாலும் எந்த மாதிரியான சூழலிலும் வளரக்கூடியது. தரையில் படர்ந்து வளரும் இந்தச் செடி எதிர் அடுக்குகளில் சிறிய நீண்ட இலைகளைக் கொண்டது. இலைக் கோணங்களில் வெள்ளை நிறப் பூக்கள் இருக்கும்.

இந்தச் செடி முழுவதிலும் மருத்துவக் குணம் இருப்பதால் பசியை ஏற்படுத்துகிறது. நோயைத் தணிக்கிறது. மலச் சிக்கலைப் போக்கி உடலைப் பலப்படுத்துகிறது. இந்தக் கீரையில் ஊட்டச் சத்து, நீர்ச்சத்து, கொழுப்புச் சத்து, மினரல் சத்துக்கள், கால்சியம், புரதம் போன்ற பல சத்துக்கள் இருக்கின்றன. அதிக அளவில் இருக்கும் கால்சியம் எலும்புகளின் உறுதிக்கும் பற்களின் ஆரோக்கியத்துக்கும் உதவுகின்றது. ஒவ்வொரு நாளும் காலையில் ஒரு பிடி பொன்னாங்காணி இலைகளை மென்று தின்று ஒரு கிளாஸ் பசும்பால் குடித்தால் உடல் குளிர்ச்சி பெறும். கண் நோய் காணாமல் போகும். கண் பார்வை பளிச்சென்று தெளிவாகும். பொன்னாங்காணிக் கீரையை எவ்வாறாயினும் சாப்பாட்டுடன் நாளாந்தம் சேர்த்து வந்தால் உடல் குளிர்ச்சியடையும். கண் நோயும் கருவிழி நோயும் குணமாகும். பொன்னாங்காணிக் கீரையைத் துவையல் செய்து சாப்பிட்டால் மூலநோய் மாறும் உடல் சூடு தணியும். பொன்னாங்காணித் தைலத்தை தலை முழுகப் பயன்படுத்தி வந்தால் கண் நோய் கிட்ட வராது. பொன்னாங்காணித் தைலம் உடல் சூட்டைத் தணிக்கவும் உதவும். பொதுவாக விழியில் ஏற்படக்கூடிய வாதகாசம், பார்வையில் தடுமாற்றம் மற்றும் பக்க வாதம், மூலச்சூடு, சொறிசிரங்கு, தேமல் போன்றவற்றைத் தடுத்துத் தூரத்தில் நிறுத்தக்கூடிய சக்தி பொன்னாங்காணிக்கு உண்டு. கல்லீரல் மண்ணீரல் ஆகியவற்றைப் பலப்படுத்தவும் சிறுநீரகக் கோளாறுகளை நீக்கவும் இக்கீரை உதவும். பொன்னாங் காணிக் கீரையுடன் பூண்டு சேர்த்து நெய் விட்டு வதக்கிச் சோற்றுடன் 40 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் மூலநோய் முற்றாகக் குணமாகும் என்பர். இந்தக் கீரையைத் தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் கண்களுக்கு குளிர்ச்சியைத் தந்து, உடல் சூட்டைச் சமநிலையில் வைத்திருந்து பல நோய்களைத் தவிர்க்கும். நோய் காரணமாக உடல் பலவீனம் அடைந்தவர்கள் பொன்னாங்காணிக் கீரையைத் தொடர்ந்து உண்டு வர ரத்த உற்பத்தி அதிகமாகி உடல் பலம் பெறும்.

பொன்னாங்காணிக் கீரையின் சாறெடுத்து நல்லெண்ணையுடன் சேர்த்துத் தைலம் காய்ச்சித் தலைக்குத் தடவி வரக் கண் எரிச்சல், உடற்சூடு ஆகியன நீங்கி உடல்

49ம் பக்கம் பார்க்க...

எல்லாமும் எல்லோரும் பெற வேண்டும்

Non Medical Insurance up to Age 85

- Life Insurance
- Critical Illness Insurance
- Disability Insurance
- Mortgage Insurance
- Home Equity Line of Credit
- RESP / RRSP



INDUSTRIAL ALLIANCE INSURANCE AND FINANCIAL SERVICES INC.

RBC Insurance

Canada Life

Unity Life of Canada

Manulife Financial

5 Yrs Variable : 3.3%
1 Yr Fixed : 3.25%
5 Yrs Fixed : 3.79%

No Broker Fees !!! Professional Advise !!!

இலவசமாக உங்கள் தற்போதைய மோட்கேச் நிலையை ஆராய்ந்து அதனை மாற்றுவது இலாபகரமானதா என்று அறிவதற்கு அழையுங்கள்

உதயன் நடராஜா
416-727-9945



CENTUM™
Rapid Mortgages Inc.
211- 80 Nashdene Rd. Toronto, ON. M1V 5E4
www.centum.ca/rapidmortgages
Tel : 416-727-9945 / 416-644-3555

Interset rate are subject to change without notice. Rates based individual credit worthiness Some other conditions may apply, call for details.

Apex Creations - 416-297-0707

Serve you with Commitment! Competence!! Confidence!!!



2 Bedroom + 1 Washroom
$ 79,000



2 Bedroom + 2 Washroom
$ 88,888



3 Bedroom + 3 Washroom
$ 283,900



Gas Station
$ 199,000



3 Bedroom + 3 Washroom
$ 285,000



3 Bedroom + 3 Washroom
$ 294,000

RE/MAX®
Rouge River Realty Ltd. Brokerage
Independently Owned and Operated
37-31 Tapscott Rd. Toronto, ON. M1B 4Y7
Tel : 416-321-1999 Fax : 416-321-2290

Uthayan Nadarajah
Broker
Direct : 416-727-9945



'வன்னி இலக்கியம் வித்தியாசமான கருக்களமுடையது!'

பாலமனோகரனின் 'வட்டம் பூ' நாவலை முன்வைத்து...



பாலமனோகரனின் 'வட்டம்பூ' நூல் அண்மையில் (ஆவணி 2008) மித்ர பதிப்பகத்தின் மூலமாக வெளிவந்திருக்கிறது. பாலமனோகரனின் வீரகேசரிப் பிரசுரமாக 1973இல் வெளிவந்த 'நிலக்கிளி'யோடு சேர்ந்த ஒற்றைப் பிரசுரம் இது.

'அப்பால்தமிழ்.கொம் இணையத்தில் இது வெளிவந்தபோது, கண்டிருந்தும் வாசிக்க முற்படவில்லை நான். இணையம் எப்போதும் நுனிப்புல் மேய்பவர்களுக்கானது என்பது, அந்தச் செயற்பாட்டைக் குறிக்க ஆங்கிலத்தில் வழங்கும் 'browsing' என்ற சொல் காரணமாகவோ என்னவோ, ஓர் எண்ணம் எனக்குள் விழுந்துவிட்டிருக்கக் கூடும். அப்படியில்லையென்றாலும், பெரிய வாசிப்புக்களை நான் இணையங்களில் என்றும் மேற்கொண்டதில்லை. அவை அசதி தருபவை. அந்தவகையில் இந்நூல் அச்சு ஊடக வடிவம்பெற்று வரும்வரை காத்திருக்க நான் எண்ணமிட்டேன். பொ.கருணாகரமூர்த்தியின் இந்நாவல் மீதான விமர்சனமும் என் எண்ணத்தைப் பின்போடும்படியாகவே அமைந்து இருந்துவிட்டது.

இது இந்நூலுக்கான விமர்சனமில்லை. ஈழத்து நூல்களை கொஞ்சம் ஆழமாகவே சென்று குறைகுற்றங்களைக் காண்பதான ஓர் அபிப்பிராயம் என்மீது ஏற்பட்டிருக்கிற வேளையிலும்தான், வேறுமாதிரி நான் ஒரு நூலின் தகுதியினை நான் எடைபோட்டுவிட முடியாது.

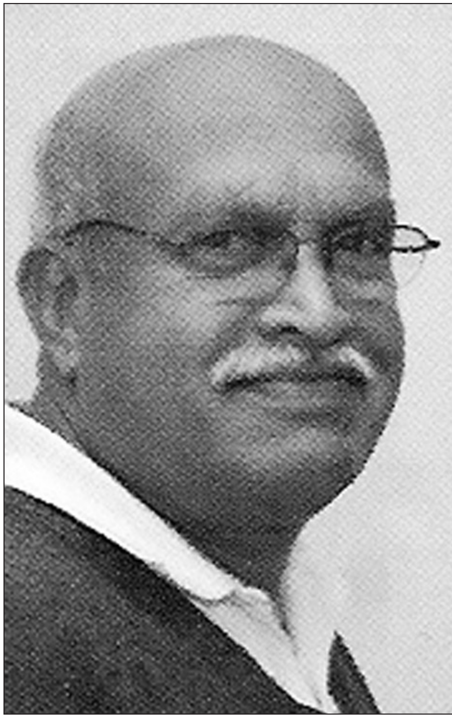
எழுபதுகளில் நிலக்கிளி நாவலை வாசித்த போது அதுபற்றிக்கொண்டிருந்த என் அபிப்பிராயங்கள் பெரியவை. ஈழத்துத் தமிழிலக்கியம் குறித்து அதிக அக்கறை கொண்டிருந்த அக்காலப் பகுதியில், 'நிலக்கிளி' சொல்லும் தரத்தினதாய் வெளிவந்து எதிர்கால நம்பிக்கைகளை வலுப்படுத்தியது. 'நிலக்கிளி' இன்றும் ஈழத்து தமிழ்நாவல் இலக்கியமாக தமிழிலக்கியத்தில் இறுமாந்து நிற்கும் வல்லபம் கொண்டது என்பதில் எனக்கு ஐயமில்லை. பாலமனோகரன் 'நிலக்கிளி' பாலமனோகரனாக ஆனதற்கும் காரணம் சரியானதெனவே எண்ணுகின்றேன்.

ஆனால் 'வட்டம்பூ' அப்படியானதல்ல. அது பற்றிய என் அபிப்பிராயங்கள் வேறானவை.

வட்டம்பூ இரத்த நிறமாய்ப் பூக்கும் ஒரு சிறு தாவரம். அதிகமுமாய் வன்னி மண்ணில் காணக்கிடைப்பது. மணல் விழுந்த படுகையில் அவற்றின் உயிர்ப்பு அற்புதம். அதை ஆண்மையின் அல்லது அடங்காமையின் அடையாளமாக பாலமனோகரன் காட்டியிருப்பதைப் புரிய முடிகிறது. சிங்கராயர் கதாபாத்திரம் ஒருவகையில் வட்டம்பூவின் வீறினைக் கொண்டிருப்பதாகவே தோன்றுகிறது. நீண்ட காலமாய் பல்வேறு சிரமமான முயற்சிகளை மேற்கொண்டும் தோல்வியே காணும் அவரது முயற்சி, இறுதியாக கலட்டியனை புதைசேற்றில் சிக்கவைப்பதோடு முடிவுபெறுகிறது. அதேவேளை மரணமும் வந்து கவிந்து அவரது வாழ்வை முடித்துவைக்கிறது. ஒரு புராணனாக அவரை நிலைநிறுத்த கதைசொல்லி bleeding heart பற்றிய ஒரு கதையை தமிழாசிரியர் கே.பி. கூறுவதாக வெளிப்படுத்தியிருக்கும் காரணமல்லாமலே, அவர் அதிசிறந்த வாழ்க்கையை வாழ்ந்த மனிதராகக் காணப்படவே செய்கிறார்.

வீரமும் தீரமும் உடைய ஒரு வாலிபனை அறிமுகமாகும் அவனது தமக்கை வயதாகும் ஒரு பெண், அவனை ஒரு பூவாக எண்ணி 'ஆண்மையுள்ள பூ எது?' என எனது 'கனவுச் சிறை' மகா நாவலின் இரண்டாம் பாகமான 'வினாக்கால'த்தில் நினைத்துப்பார்ப்பாள். அதற்கு 'முள்முருக்கம்பூ' என்று அவளுக்கு சிறிதுநேரத்தில் விடை கிடைக்கும். அதுபோன்ற உறைநிலை எழுத்துக்களின் ஞாபகம் இந்த வட்டம்பூ படிமமாகும் ஒவ்வொரு தடவையிலும் எனக்கு வந்தது. விட்ட தொட்ட எச்சங்களாய் இந்த ஞாபகங்கள் என்னைப் பதறவைத்தன. ரொமான்ரிஸ எழுத்துக்களின் வகைமையானவை இவ்வகைப் படிமங்கள். நாவலிலக்கியத்தில் பலநூறு கல்தொலைவில் நம்மை இட்டுச்சென்று வைப்பவை இந்தச் சிந்தனை முறைமைதான்.

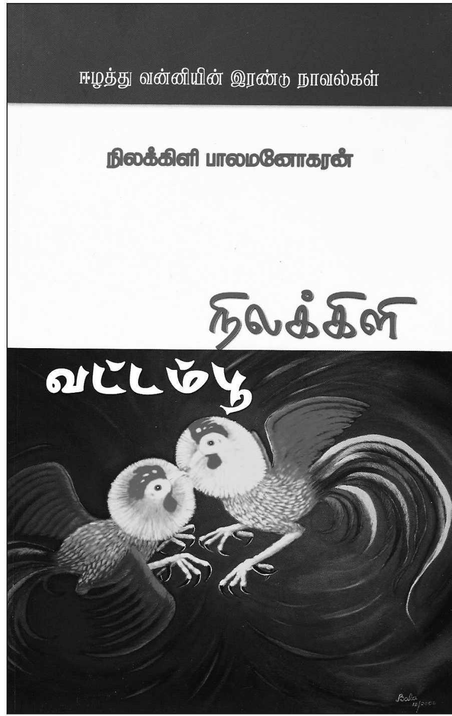
விமல் குழந்தைவேலுவின் 'வெள்ளாவி' நாவலை இந்த நேரத்தில் ஒரு மனவமைதிக்காக நினைத்துக்கொள்ள முடியும். வெள்ளாவி ஒரு தொழில்முறை அடையாளம். இஸ்திரிபெட்டியைக்கூட வேறு சமூகத்தவர் பாவித்துக்கொள்ள முடியும். ஆனால் வெள்ளாவி சலவைத் தொழிலுக்கான தேவை. வெகுவழுக்கு கொண்டிருக்கும் துணிகளை வெள்



ளாவி வைத்தே அவர்கள் தோய்த்தெடுப்பர். பெரும்பாலும் வெள்ளாவி ஒரு தொழிலடையாளமாகிவிடுகிறது சமூகத்தில். அது ஒரு பெரு நாவலில் மிகச் சில இடங்களிலேயே விமல்குழந்தைவேலுவினால் கொண்டுவரப்பட்டிருக்கும். ஆனால் கதையையே காவிக்கொண்டு நகர்வதுபோல வெள்ளாவி எங்கெங்கும் அலைந்து கொண்டிருக்கும் அருமையான நாவல் அது. அதுவும் தன் பலவீனங்களைக் கொண்டதுதான். ஆனாலும் இங்கு தூக்கலாகப் பேச இந்த தகைமை போதும். தி.ஜானகிராமனின் அற்புதமான உணர்வுக் கோலங்களையும், நடை அற்புதத்தையும்கொண்ட 'செம்பருத்தி' என்றொரு நாவல், இதுபோல ரொமான்ரிஸ வகையினதாக இருப்பினும், அது ஏறிச்சென்றிருக்கும் எல்லை, சாதாரண யதார்த்தவகை நாவல்களால் அடைதற் சாத்தியமற்றது. ஆனால் வட்டம்பூ? இந்தவகையில் சறுக்கிவிட்டிருக்கிறது.

'வட்டம்பூ' 109 பக்கங்களைக்கொண்ட ஒரு வீரகேசரிப் பிரசுரமானவளவு சிறிய நாவல். 'நிலக்கிளி'யைவிட ஒரு பக்கம் அதிகம். அதில் ஓடியிருக்கும் கதை சிறியது மட்டுமல்ல, பலஹீனமானதும். வன்னி வாழ்நிலைமைகள் அதில் விபரிக்கப்பட்டிருக்கின்றனதான். ஆனால் காட்டப்பட்டிருக்கவில்லை. ஒரு கலைப்படைப்பு சொல்வதைவிட காட்டுவதையும் உணரவைப்பதையும்தான் முதன்மையாய்ச் செய்யவேண்டுமென்பது விதியாகியிருக்கிறது. கதையும் நவத்தின் 'நந்தாவதி' கதைபோலத்தான். தமிழ் சிங்கள காதலை காட்டுகின்றது. அதைக் காட்டக்கூடாதென்பதில்லை, அது கலைத்துவமாக இருக்க வேண்டுமென்பதே எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. சிங்கராயர் பாத்திரம் ஓரளவு நிறைவுகொண்டதாக ஆகியிருக்கிறது. நந்தாவதியும், குணசேகராவும் வலிந்து இழுத்துவரப்பட்ட பாத்திரங்களாகவே கடைசிவரை ஆகிப்போயிருக்கின்றன.

மொத்தத்தில் 'வட்டம்பூ' சாதாரண மனிதர்களின் சாதாரண கதை. சாதாரணமான காலத்தில் தொடங்கி, இனமோதல்கள் வலுப்பெறத் தொடங்கும் ஒரு காலத்தோடு முடிகிறது. ஆனாலும் சாதாரண மனிதர்களின் விசேஷித்த நிகழ்வுகளின் விசேஷித்த விவரிப்புக்களே நாவலாகக் கூடியன என்ற நிர்மாணங்களில் என் நம்பிக்கை அதிகம். அதனாலேயே 'வட்டம்பூ' நாவலாக ஆகாமல்



நூலாகத் தேங்கிப் போயிருப்பதாகச் சொல்லமுடியும். களப் பதிவுக்காக கதையைச் சொல்ல வந்ததில் இந்தச் சோகம் சம்பவித்திருக்கிறது.

கருஞ்சிறுத்தையொன்று பசி மேலிட்டு தனக்கான இரையை அடிக்க ஒரு பாறை இடுக்கிலே காத்துக்கிடப்பதாக நூல் தொடங்குகிறது. காட்டெருமைகள் மேய்ச்சல் முடித்துத் திரும்பிவருகின்றன. தன் திட்டப்படி பின்னே வந்துகொண்டிருக்கும் ஒரு சிறிய காட்டெருமைக் கன்றின்மீது பாய்ந்து அதைக் கொல்கின்றது கருஞ்சிறுத்தை. காட்டெருமைக் கூட்டத்தின் தலைவனாக வரும் கலட்டியன் எருமை சினங்கொண்டு பாய்கின்றது கருஞ்சிறுத்தை மீது. இரண்டுக்கும் நடைபெறும் கணப்பொழுது யுத்தத்தில் கலட்டியன் கருஞ்சிறுத்தையை அப்படியே தன் வளைந்த வலிய கொம்புகளால் குத்திக்கொன்று விடுகிறது. மட்டுமில்லை. கொம்புகளிலிருந்து கழற்ற முடியாத அதன் உடலை அப்படியே சுமந்துகொண்டு வீறுநடை நடந்துபோகிறது. 'வட்டம்பூ' நூலின் முதலாம் அத்தியாயம் முழுக்க இதுதான் விவரணை. வாசக மனம் அதிர்ந்துபோகிறது. காட்டெருமையின் வீறும், வீரமும் கண்டு நெஞ்சு உறைந்துபோவதைத் தடுக்கவே முடிவதில்லை.

தமிழின் மகத்தான நாவல்களுள் ஒன்றான ஜெயமோகனின் 'விஸ்ணுபுர'த்திலும் ஒரு யானை வருகிறது. அது போர் யானை. அது மதங்கொண்ட யானையொன்றை அடக்குகிற இடத்தில் ஒரு வாசகப் பதற்றம் வரும். அடக்குதல் அல்லது கொல்லுதலில் எதைச் செய்வது என்பதைத் தீர்மானிப்பது சூழ்நிலையைப் பொறுத்து போர்யானையாகவே இருக்கும். அசைவுடனும் எச்சரிக்கையுடனும் வரும் போர் யானை அப்படியே மதங்கொண்ட யானையை தன் வலிய தந்தங்களினால் குத்திக்கொல்கிற இடத்தில் வாசகன் உறைந்துபோவான். அந்த உறைதலுக்கு சற்றொப்ப நிகரானது கலட்டியன் கருஞ்சிறுத்தையைக் கொல்கிற இடத்தில் வரும் அதிர்வு.

அதுபோல் நூல் முழுக்க ஒரு வேட்டைமைத் தன்மையே விரவியிருக்கிறது. கோழிப் பொறி வைத்துக் காட்டுக்கோழி பிடித்தல், செம்முதலையை மண்டா எறிந்து கொல்லுதல், தன் கூட்டத்திலிருந்து தனித்துப் போகும் கலட்டியனைப் பிடித்து அடக்கி வசக்கியெடுக்க சிங்கராயர் எடுக்கும் முயற்சிகள் என எங்கும் வேட்டை வினைகளே நிறைந்திருக்கும் இந்நூலுக்கு 'வேட்டை' எனத் தலைப்பிட்டிருந்தால் நிறையவே பொருத்தமாக இருந்திருக்கும் என்றும் தோன்றுகிறது.

யாழ் இலக்கியம், மட்டக்களப்பு இலக்கியம், முஸ்லிம் இலக்கியம், மலையக இலக்கியம், கொழும்புத் தமிழ் இலக்கியம் என்ற பகுப்புக்கள்போல ஈழத்து இலக்கியத்தில் வன்னி இலக்கியம் என்ற ஒரு பிரிவு முகிழ்த்து வெகுகாலமில்லை. ஆனாலும் பாலமனோகரனின் 'நிலக்கிளி', தாமரைச்செல்வியின் 'வன்னியாச்சி', 'வீதியெல்லாம் தோரணம்', 'பச்சை வயல் கனவு' போன்ற நூல்கள்போல் அவ்வன்னி இலக்கியத்தைச் செழுமைப்படுத்தி நிற்கிறது 'வட்டம்பூ'வும். அது இந்த நூலின் கள விவரிப்பினாலும், மொழி ஆளுமையினாலும் நேர்கிறது.

'இந்தப் போராட்டத்தில் சிறுத்தையின் ஆக்ரோஷமான உறுமல்களும், கலட்டியனின் வெருட்சி நிறைந்த முக்காரமுமாய் அந்த இடமே திமிலோகப்பட்டது... கலட்டியனோ கொம்புகளில் சிக்கிக்கொண்ட அந்தக் கருஞ்சிறுத்தையின் நெடிய உடலைச் சுமந்தவாறே காடு கரம்பையெல்லாம் பாய்ந்து அதை அகற்றிவிடப் பிரயத்தனம் செய்துகொண்டு' என பாலமனோகரன் விபரிக்கும் இடத்தில் வன்னித் தமிழ் எவ்வளவு இறுக்கமாகவும் வீரியமாகவும் வந்து விழுகின்றது என்பதைக் கவனிக்கவேண்டும். எஸ்.பொ.வின் முன்னீடு சொல்லும் வளப்பங்களையெல்லாம் ஒதுக்கிவிட்டுப் பார்த்தாலும், 'வன்னி மண்ணின் வாழ்க்கைக் கோலங்களுக்குச் சாகாத வரம் பெற்றுத் தரும் தமிழ் ஊழியத்தினால் தனக்கென நிரந்தர இடம்பெறும் யக்ஞம் இந் நூலின் படைப்பிலே சங்கமித்துள்ளது' என்ற வாதத்தை மெய்யாக எடுக்கலாம்.

மேலும் இந்நூலின் அழகுகளை வாசகனின் ஒற்றை வாசிப்பில் சுகித்துவிட முடியாது என்ற விஷயத்தையும் இங்கே நான் சொல்வது அவசியம். வன்னிக் களத்தையும், அதன் மொழி அழகையும் ரசிக்க ஓர் இரண்டாம் வாசிப்பு நிச்சயமாக இந்த நூலுக்குத் தேவைப்படும்.

devakanthan@thaiveedu.com



வங்கிக் கடன் தொல்லைகளிலிருந்து விடுதலை

NEW LIFE FRESH START

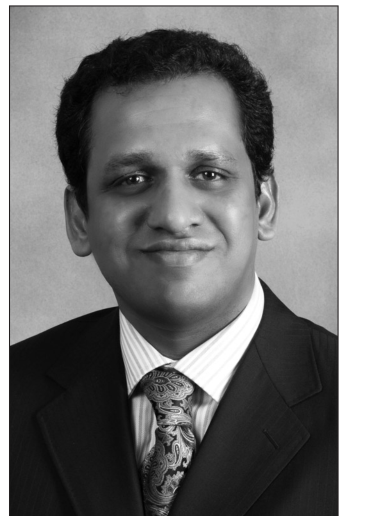
- கடன் 80% குறைய நடவடிக்கை
  Reduce your debts upto 80%
- கடனுக்கு விதிக்கப்பட்ட சகல வட்டிகளும் நிறுத்தப்படும்
  Stop all interest on your debts
- கடன் தொடர்பாக விடுக்கப்படும் தொலைபேசி அழைப்புக்கள், சட்ட நடவடிக்கைகள் நிறுத்தப்படும்
  Stop collection calls, legal action & garnishments
- உங்கள் சொத்துக்கள் பாதுகாக்கப்படும்
  Protect all your assets
- மாதாந்த ரீதியில் எலங்லாக்கடனையும் தீர்க்க வசதி செய்தல்
  Make one monthly payment to all of your creditors
- வங்குரோத்துக்கு செல்லாமல் தீர்வுகாண ஏற்பாடு செய்யப்படும்
  Give you solutions with out bankruptcy

digi Media

வங்குரோத்துக்கு சட்டங்களில் மாற்றங்கள் வரவிருக்கின்றன. மேலதிக விபரங்களுக்கு அழையுங்கள்
New Changes are coming from Bankruptcy Act. Call me for Details.

Suren Sornalingam
Certified Insolvency Counsellor

Tel: **416.264.1272**
Fax: 416.332.0914
web: www.creditrecoverycanada.com



crc

CREDIT RECOVERY CANADA

55 Town Centre Court, Suite 700,
Scarborough, ON
M1P 4X4

காதல் வாழ்க்கை - 4

இரு நோக்கு



அவளின் அழகு சொல்லி முடியாது. முகத்தை முழுமதி என்பார். கண்களைக் கயல்கள் என்பார். புருவங்களை விற்கள் என்பார். கூந்தலை முகில் என்பார்.

அவள் சிரித்தால் செந்தாமரை அழுமாம். தன்னிலும் அவனின் பொலிவு சிறப்பாக இருக்கிறது என்று. பற்களைப் பார்த்து முத்துக்கள் வெள்குமாம், தம்மிலும் அவளது பற்கள் அழகாக இருக்கின்றன என்று. இதழ்களைக் கண்டு கொவ்வைக் கனிகள் வெம்புமாம், அவற்றின் அளவும் நெகிழ்ச்சியும் திரட்சியும் குளிர்ச்சியும் தமக்கு இல்லையே என்று.

உடல் ஒரு கொடி என்பார். இடை ஒரு மின்னல் என்பார். பார்த்தான் எனின் மானை வரவழைப்பார். பேசினால் கிளிப்பிள்ளை தோற்குமென்பார். நடந்தாலோ அன்னத்தை ஒப்பிடுவார்.

உடல் அழகு நிலையற்றது. காலத்தால் கரைய வல்லது. புறத்து அழகை அணி செய்வது அகத்து அழகு. அவளது உள்ளம் தூய்மையானது. ஒழுக்கம் சிறப்பானது. அவளை வட்டமிட்ட வாலிபர்களுக்கு எட்டாக் கனியாகவே அவள் பவனிவந்தாள். அத்தகைய அன்னக் கிளி, அந்த ஊரின் தேவ கன்னி ஒரு நாள் அவனைக் காணநேர்ந்தது.

அவனின் அறிவுத் திறம், தொழில் மேன்மை, உயர்ந்த குணம், ஒழுக்க விழுப்பம் முதலியனபற்றியும் விளையாட்டுத்துறைச் சாதனைகள் பற்றியும் ஏழைகளுக்குச் செய்யும் உதவிகள் பற்றியும், ஊர் வளர்ச்சிக்கு ஆற்றிவரும் தொண்டுகள் பற்றியும் அவள் நிறையவே கேள்விப்பட்டிருக்கிறாள்.

ஆனால், அவனின் சிவந்த நிறத்தை, உயர்ந்த தோற்றத்தை, அகன்ற மார்பை, நிமிர்ந்த நடையை, நேர்கொண்ட பார்வையை அவள் இதற்குமுன் பார்த்ததில்லை. இன்று பார்க்கின்றாள். பார்த்துப் பருகுகின்றாள். அந்தக் கட்டிளங் காளையின் அற்புத அழகு அவள் உள்ளத்தைக் குற்றாலம் ஆக்கியது.

அவனும் நோக்கினான்.

கண்கள் ஒருகணம் சந்தித்தன. அந்த ஒரு கணத்துள் ஓராயிரம் செய்திகள் பரிமாறப்பட்டிருத்தல் வேண்டும்.



மறுகணம் எதனையோ புரிந்துகொண்டவைபோல அவள் கண்கள் நிலம் நோக்கின. இதழ்கள் முறுவலித்தன. வலதுகாற் பெரு விரல் அவளின் பூரிப்பை நிலமகளுக்கு நேர்முகவருணை செய்துகொண்டிருந்தது.

அவள் பூத்துக் குலுங்கினாள். அவன் பார்த்து மயங்கினான்.

> கண்ணொடு கண்ணினை நோக்கின்
> வாய்ச்சொற்கள்
> என்ன பயனும் இல
>
> (குறள்: 110:10)

என்னும் வள்ளுவனாரின் வாய்மொழி காட்சியாகிக்கொண்டிருந்த அந்த வேளையிலே அவன் நெஞ்சத்து ஒலிநாடாவை அவள் முடுக்கிவிட்டுக்கொண்டிருந்தாள்.

'இவள் மண்ணகப் பெண்ணோ அன்றி வானகப் பெண்ணோ? தேவலோகத்திலிருந்து என்னைத் தாக்குதற்பொருட்டுப் பெரும் சேனையுடன் வந்தவளையொத்த இந்த அழகி யார்? இயமனை யான் முன்பு கண்டறியேன். இன்று கண்டுகொண்டேன். அவன் போர் செய்யும் கண்களையுடையவள்... இல்லை உடையவள்! பெண்மானைப் போன்று அச்சங்கொள்ளும் பார்வையையும் நாணத்தையும் இயல்பாகவே கொண்டுள்ள இவளுக்கு வேறு அணிகலன்கள் வேண்டியதில்லை.

'இப்பொழுது இவள் தலைநிமிர்கிறது. நான் பார்க்கும்போது தலை குனிந்தவள், நான் பார்க்காதபோத என்னைப் பார்க்க விரும்புகிறாள். அவ்வளவு நாணம் அவளுக்கு, புன்முறுவல் பூக்கின்றாளே! அந்த முறுவலில் ஒரு குறிப்பு இருக்கவே செய்கின்றது. ஆம், இவள் என்னை விரும்புகிறாள். எனது விருப்பத்தை இவளுக்கு எவ்விதம் தெரிவிப்பது? இவளது சிறுபார்வை எனது விருப்பத்திலும் பெரியது. இவள் என்னை அன்புடன் பார்த்துத் தலை குனிந்த செயல், எமது அன்பாகிய பயிரை வளர்ப்பதற்குப் பாய்ச்சிய நீர் எனின் முற்றிலும் தகும்.

'இந்த மயிலின் பார்வை என்னை மிகவும் வருத்துகின்றது. இவளது மைதீட்டப் பெற்ற கண்களுக்கு இருவகையான பார்வைகள் உள்ளன. ஒரு பார்வை நோயை உண்டாக்குகின்றது. மற்றொரு பார்வை உண்டாக்கிய நோயை மாற்றுவதற்கு ஏதுவாய மருந்தாகின்றது. என்னே இவளது கண்கள்!'

காதல் வயப்பட்ட தலைவனின் இக் கூற்றுக்கள் திருக்குறளில் இன்பத்துப்பாலில் முதல் இரண்டு அத்தியாயங்களிலும் வருகின்றன.

காதல் புனிதமானது. புனிதமான காதல் இன்றைய இயந்திர உலகில் மிக அரிதாகி வருகின்றது. உடற்கவர்ச்சியால் ஏற்படும் பாலியல் விருப்பைக் காதல் எனக் கூறிப் பலர் மயங்குகின்றனர். உண்மைக் காதல் உள்ளத்துடன் தொடர்புடையது. அத்தகைய காதலுக்குப் பருவக் கவர்ச்சியிலும் பார்வைக் கவர்ச்சியே முக்கியம் என்கின்றார் வள்ளுவனார். குறிப்பறிதல் என்னும் அதிகாரத்தில் வள்ளுவனாரின் காதல் தலைவன் தலைவியின் நோக்குப் பற்றியே அதிகம் பேசுகின்றான். அவளது நோக்கில் நோயும் இருக்கிறது, நோய்க்கு மருந்தும் இருக்கிறது என்னும் அவனது அனுபவம் கவனிக்கத் தக்கது.

> இருநோக்கு இவளுண்கண் உள்ளது
> ஒருநோக்கு
> நோய்நோக்கு ஒன்று அந்நோய் மருந்து
>
> (குறள்: 110: 01)

kanthavanam@thaiveedu.com



பொன்னாங்காணிக் கீரை

42ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

குளிர்ச்சி பெறும். இந்தத் தைலம் சரும நோய்களையும் நீக்கி உடலைப் பட்டுப் போன்று மென்மையாக மாற்ற உதவும்.

குழந்தைகளின் வளர்ச்சிக்கு தாய்ப்பால் அவசியம். சில தாய்மார் அழகு குறைந்து விடும் என்று நினைத்து விரைவில் குழந்தைகளுக்குப் பால் கொடுப்பதை நிறுத்தி விடுகிறார்கள். மேலை நாடுகளில் வாழ்க்கையின் அத்தியாவசியச் செலவுகளை எதிர் கொள்ளவும் ஆடம்பரச் செலவுகளைச் சமாளிப்பதற்கும் தாய்மார் பலரும் பகலில் வேலைக்குப் போக வேண்டிய சூழ்நிலை இருக்கிறது. அதனால் பல குழந்தைகள் பகல் முழுவதும் "அன்னையைப் போலொரு தெய்வம் இல்லை" என்ற பழைய பாடலைப் புதிய "சீ.டி"க்களில் கேட்டுக் கொண்டு, கரைத்த பவுடர் பாலைக் குடித்துக்கொண்டு காப்பகங்களில் வளர்கின்றன. "ஏன் குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் கொடுப்பதில்லை?" என்று கேட்டால், "தாய்ப்பால் சுரப்பதில்லை வற்றிவிட்டது" என்று சமாதானம் சொல்லுகிறார்கள். கீரை வகைகளில் பொன்னாங்காணிக் கீரையில் அதிக புரதமும் மாச்சத்தும் நல்ல வைட்டமின்களும் இருப்பதோடு, பிரோகாட்ரான், ஈஸ்ட்ரோஜன் ஹார்மோன்கள் உற்பத்தியை பெருக்குகிறது. இதனால் பால் நிறையச் சுரக்கும். அசைவ உணவு களிலும் பார்க்க சைவ உணவுகளே தாய்ப் பாலை அதிக அளவு சுரக்க வைக்கின்றது.

பொன்னாங்காணி வேர் ஒரு எலுமிச்சைப் பழம் அளவு எடுத்து அரைத்து எருமைப் பால் 2 படியில் கலக்கிக் காய்ச்சி தயிராக்கிக் கடைந்து எடுத்த வெண்ணெயை 3 நாள் காலையில் சாப்பிட்டு மோரையும் தாகத்துக்குக் குடித்து வர சிறுநீரில் இரத்தம் கலந்து போதல் குணமாகும்.

பொன்னாங்காணி இலையின் சாறு ஒரு லிட்டர், எலுமிச்சை பழச்சாறு 1/2 லிட்டர், பசு நெய் 1 கிலோ, பசும்பால் 1 லிட்டர் இவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து 50 கிராம் அதிமதுரத்தைப் பால்விட்டு அரைத்துப் போட்டு பதமாக சிறு தீயில் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் வடிகட்டி அத்துடன் சாதிக்காய் 5 கிராம், சாதிபத்திரி 5 கிராம், சீனா கற்கண்டு 5 கிராம், கோரோசனை 5 கிராம் சேர்த்துக் கலந்து பத்திரப்படுத்தி அதில் 5 கிராம் அளவு 2 வேளை சாப்பிட்டுவர மூலச் சூடு, வெப்ப நோய், கைகால் எரிச்சல், வாய் நாற்றம், வெள்ளை ஆகியன நீங்கும். சிலர் எதைக் குடித்தாலும் சாப்பிட்டாலும் வயிற்றில் ஒரு விதமான எரிச்சல் ஏற்படும். மேற்படி மருந்து இத்தகைய வயிற்றெரிச்சலையும் வழித்தெறிந்து குணமாக்கும். ஆனால் நம்மோடு ஒரே பிளேனில் வெறுங்கையோடு வந்த வேலாயுதத்தின் பேரன் தனது புதுப் பெண்டாட்டிக்குப் புதுக் கார் வாங்கிக் கொடுத்துவிட்டான் என்று அறிந்தவுடன் நெஞ்சு பகீரென்று பற்றி எரிந்து ஒரு வயிற்றெரிச்சல் ஏற்படுமே, அந்த வயிற்றெரிச்சலைப் பொன்னாங்காணிக் கீரை போக்காது என்பதைத் தயவு செய்து கவனத்தில் கொள்க!

எத்தனை விதமான உணவுவகைகளையும் மருந்து வகைகளையும் உட் கொண்டாலும் சிலரது உடல் பருக்காது. பொன்னாங்காணிக் கீரையைத் துவரம் பருப்புடன் சேர்த்துச் சமைத்துச் சாப்பிட்டால் உடலில் சதை பிடித்து அழகான தோற்றம் கிடைக்கும். இதே பொன்னாங்காணிக் கீரையை வெவ் வேறுவிதமாக உண்பதன் மூலம் உடல் எடையைக் கூட்டலாம் அல்லது குறைக்கலாம். இந்தக் கீரையுடன் உப்பும் மிளகும் சேர்த்துச் சோற்றுடன் கலந்து தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் எடை குறையும். துவரம் பருப்பும் நெய்யும் கலந்து சமைத்துச் சோற் றுடன் சாப்பிட்டு வந்தால் எடை அதிகரிக்கும்.

பொன்னாங்காணிக் கீரையைப் பகலில் உண்பதுதான் பலன் தரும் என்பர்.

தொடரும் ...!

uthayanan@thaiveedu.com



பல்லாவுள் விடினும் குழக்கன்று தாய் நாடிக் கோடுறும்



உற்றறிவு ஐந்தும், உணர்ந்தறிவு ஆறுஏழும்
கற்றறிவு எட்டும் கலந்தறிவு ஒன்பதும்
பற்றிய பத்தும் பலவகை நாழிகை
அற்றறியாது அழிகின்ற வாறே.

(திருமந்திரம் -741)

திருமந்திரத்தில் உள்ள அத்தனை பாடல் களையும் நான் ஐயந்திரிபறக் கற்றவனல்ல. மேலெழுந்தவாரியாகப் பாடல்களைப் பார்த்த போது பலபாடல்களில் பொதிந்த அர்த்தத்தை பகுத்தறிவு வாதியான என்னால் அங்கீகரிக்க முடியாமல் இருந்தது உண்மை. ஆனால் சிலவற்றினில் 'மிக ஆழமான கருத்துப் பொதிந்துள்ளவையாக உள்ளனவே' என என்னை வியக்க வைத்தன. திருக்குறளுக்குக் கலைஞர் கருணாநிதி தந்த விளக்கவுரை சிலரால் ஏற்க முடியாததாயினும், இப்படியும் சிந்திக்கலாம் தானே என எண்ண வைத்தைக் காண முடியும். அன்றைய காலகட்டத்திலே நிலவி வந்த சமயக் கோட்பாடுகள், மதநம்பிக்கைகள் திருமூலரது பாடல்களுக்கும் பாடு பொருளாக அமைந்ததில் வியப்பில்லை. இன்று வாழ்க்கை முறையில் விஞ்ஞானம் முக்கியமான அம்சம். வாழ்க்கை நெறியினைத் தீர்மானிப்பதில் விஞ்ஞானம் இன்றியமையாத அங்கமாக விளங்குகின்றது. அன்றைய காலத்தில் பழமைவாதிகள் பழைய கோட்பாடுகளில் நம்பிக்கையை வைத்திருந்த போது இன்றைய தலைமுறையினர் விஞ்ஞான ஈரீதியாகச் சிந்திக்கத் தொடங்குகையில் நம் முன்னோர் கடைப்பிடித்த சிலகோட்பாடு கள் கேள்விக்குரியன ஆகிவிடுகின்றன. சில முற்றாகவே ஓதுக்கப் பட, வேறுசிலவோ மாற்றியமைக்கப் பட்டுள்ளன. அந்த அளவி லேதான் திருமந்திரத்தில் உள்ள சில பாடல்களுக்கு இப்படியும் விளக்கம் தரலாம் தானே என்ற எனது எண்ணத்தின் விளைவாகவே இந்த விளக்கம். ஏற்கனவே சில பாடல்களுக்கு என் பார்வையில் விளக்கம் தந்துள்ளேன்.

மேலே உள்ள பாடல் அப்படி ஒன்றும் வலிந்து விளக்கம் தரவேண்வேடிய பாடலாக அமையவில்லை. பத்து வகை அறிவு என்றதும் என்னைச் சற்றுச் சிந்திக்க வைத்து அவ் வளவு தான்.

புலனுணர்வு ஐந்து, உணர்ந்தறிவு இரண்டு, கல்வி அறிவு ஒன்று, கலந்தறிவு ஒன்று இயற்கை அறிவு ஒன்று ஆகப் பத்து வகை அறிவுகள் உள்ளன என்பது பாடல். அவை யாவை எனக்கண்டறிய மனம் அவாவியது.

புலனுணர்வு (Sensation) என்பது காணல், கேட்டல், நுகர்தல், ஸ்பரிசம், சுவை (சுவை, ஒளி,ஊறு, ஓசை, நாற்றம்) ஆகியவை ஐந்துமாகும். உணர்ந்தறிவு என்பதை ஆங்கிலத்தில் Perception என்பார்கள்.

புலனுணர்வு: (5) (Sensation)

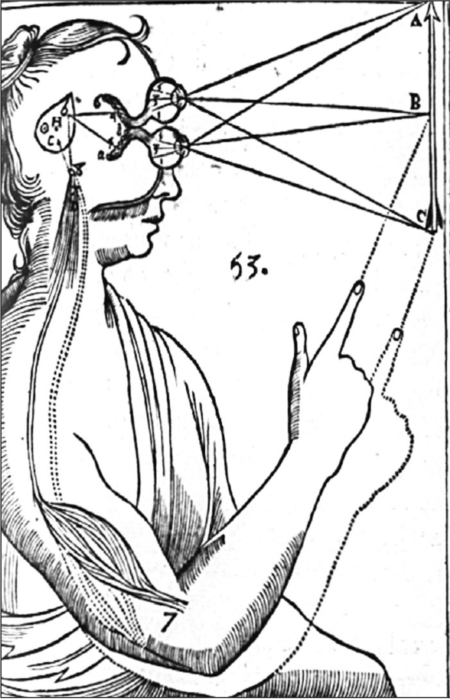
எமது உடலிற்குப் புறத்தே உள்ள உலகி னோடு நாம் தொடர்பு கொள்ளல் பலனுறுப் புக்கள் மூலமாகவே. அந்தத் தொடர்புகள் எமது மனம் அல்லது உள்ளத்தில் ஏதாயினும் சலனத்தையோ அனுமானத்தையே எற்படுத் துதற்கு முன்நிபந்தனையாக புலனுறுப்புக்கள் எடுத்த செய்தி நமது மூளையைச் சென்றடைய வேண்டும். இச்செய்திகள் மூளையைச் சென்றடையாத போது வெளி உலகு பற்றிய எந்தவிதமான அனுமானமும் கிட்டப்போவ தில்லை. இதனால் எமது நடத்தையில் எவ் விதமான ஒழங்கமைவும் ஏற்படப்போவதில்லை.

எம்மைச் சூழ்ந்த உலகினிலே எத்தனை வகையான ஒலிகள் எழுகின்றன. அவை எல்லாம் நம் காதுகளிலே படுகின்றன. அவை யாவுமே மூளைக்கு இட்டுச் செல்லப்படுகின்றன. ஆனால் அத்தனை ஒலிகளுக்கும் பிரதிவினை காட்டப்படுகிறதா?

எமது கண்களுக்கு முன்னே எத்தனை காட்சிகள் எத்தனை கோலங்கள். அத்தனையையும் கண்கள் பார்க்கின்றன. பார்த்தவை அத்தனையும் மூளையைச் சென்றடையவே செய்கின்றன. ஆனால் யாவும் மூளையில் பதிவுறுகின்றனவா? அவவற்றினில் எத்தனைக்கு நாம் பிரதிவினை காட்டுகிறோம்.

ஆகவே ஒன்று தெளிவாகிறது. அங்கே ஒரு தேர்வு (selection) அல்லது வடிகட்டல் (Filter) ஒன்று நடைபெறுகிறது.

கேட்டலுக்கும் பார்த்தலுக்கும் இடையே ஒரு முக்கியமான வேறுபாடு உள்ளது. காற்றினிலே ஒரு குழப்பம் ஏற்பட்டு அது ஒலி அலைகளை ஏற்படுத்தினால்தான் கேட்க முடிகிறது. ஆகவே கேட்டலுக்கு ஒரு ஊடகம் அவசியமாகிறது. அது காற்றாக இருக்கலாம் அல்லது நீராக அமையலாம் ஆனால் ஒளியினைப் பொறுத்தமட்டிலே அது ஒரு வெற்றிடத்தின் ஊடாகவும் செல்ல முடியும். ஏனைய மூன்று புலனுறுப்புகளும் வித்தியா-



சமான ரகம். இந்த மூன்றிலேயும் புலனறிதலுடன் சம்பந்தமான கட்டமைப்புக்கள் சருமத்தின் பரப்பிலேயே காணப்படுகின்றன.

மணநுகர்ச்சியுடன் தொடர்புள்ளது எமது மூக்கின் உட்புறத்திலே காணப்படும் நாசி மேலணி. (Olfactory epithelium), புலனறிவுடன் சம்பந்தப்பட்ட கலங்கள் சிறுசிறு குழிகளினுள்ளே காணப்படகின்றன. நாயினது மூக்கின் பரப்பினைப் பார்த்தீர்களானால் இக் குழிகளைக் காணமுடியும். நாய் அதிகம் மோப்ப சக்தி உடையது என்பது தெரிந்ததே. கேட்டலுக்கு எப்படி நீர் ஊடகம் அல்லது காற்று ஊடகம் தேவை என்கிறோமோ, அதே போன்று மணநுகர்ச்சியினுக்கும் அந்த இரண்டு ஊடகங்களுமே தேவையாகின்றன. மணத்தினைக் காற்று நாசி மேலணிக்கு இட்டு வருகிறது. அந்த மணத்தினை மேலணியிலே உள்ள கலங்கள் நுகர்வதற்கு அந்த மணம் திரவ ஊடகத்திலே கரைந்திருக்க வேண்டும். இதனால் மேலணியில் சீதம் சுரக்கவல்ல கலங்கள் உள்ளன.

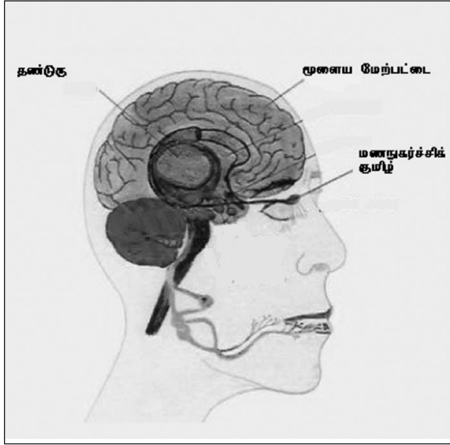
இங்கே முக்கியமானவை என்பதிலும் பார்க்க ஆச்சரியமான இரண்டு விஷயங்களைச் சொல்ல வேண்டும். ஒன்றினுக்கு செம்மறி ஆடுகள் சம்பந்தமானதை உதாரணமாகக் காட்டலாம். ஆட்டுப் பட்டிகள் உள்ளன. ஒரு பட்டியில் உள்ள ஆடுகள் மேய்கையில் ஒரு ஆட்டினது இன்னொரு பட்டியினுள்ளே போய்ச் சிக்கிக் கொண்டால் அத்தனை குட்டிகளுள்ளேயும் தாயாடு அந்தக் குட்டியினைக் கண்டு பிடித்து விடுகிறதே. இது எப்படி? ஒரே பரம்பரை அமைப்பினை உடைய விலங்குகளிலே ஒரே விதமான வாசனை வெளியேறுகிறதாம். நாம் சில சமயங்களிலே அதனைச் "சிணி" (ஆட்டுச் சிணி அடிக்கிறது) என்போம். ஆனால் இந்தச் சிணி ஒவ்வொரு ஆட்டினது குடும்பத்திலும் வேறுபடுவதனால் தாய் ஆடு தனது குட்டியைச் சுலபமாகக் கண்டு பிடிக்க முடிகிறது.

பல்லாவுள் உய்த்து விடினும் குழக்கன்று
வல்லதாம் தாய்நாடிக் கோடலைத் -
தொல்லைப்
பழவினையும் அன்ன தகைத்தேதற் செய்த
கிழவனை நாடிக் கொளற்கு.

(நாலடியார் - 101)

பல பசுக்கள் உள்ள பட்டியிலே விடப்பட்டாலும். பசுக்கன்றானது தனது தாய்ப் பசுவினைத் தேடிக் கண்டு கொள்கிறது என்கிறது நாலடியார்

அடுத்தது இன்னும் சற்று விசித்திரமானது. சுண்டெலிகளில் இத்தகைய மணம் ஒரு சுண்டெலியினுக்குத் தனது உடன் பிறப்புக்-



களைக் கண்டறிந்து கொள்ள முடிகிறது. இரண்டு சுண்டெலிகள் குடும்ப வாழ்க்கையினை ஆரம்பித்தால் ஒருவருடத்திலேயே 128 சுண்டெலிகள் உருவாகிவிடும். அத்தனை வேகம் இனப் பெருக்கத்தில். ஆனால் அவற்றிலேயும் ஒரு தார்மீகம் பின்பற்றுவதற்கு இந்த மணம் முக்கியமாகிறது. ஒரு சுண்டெலி தனது உடன் பிறப்பினைக் கண்டு கொள்வதற்கு இந்த மணநுகர்ச்சி உதவுகிறதாம். ஆகவே அது தனது உடன் பிறப்புடன் கலவி செய்வதில்லை.

சுவையறிதல்

அடுத்து சுவையறிதல். பொதுவாகவே சுவை அறிதலுடன் சம்பந்தப்பட்ட அமைப்புக்கள் சுவை அரும்புகள் எனப் படுகின்றன. இவை நாக்கினது பரப்பினிலே பெரும் தொகையாகவும் தொண்டையின் தொடக்கத்திலே ஒரு சிலவும் உள்ளன. சுவை அறிதலுக்குப் பிரதம் பாலும் சுவை அரும்புகள் காரணமாகின்றன எனக் கூறப்பட்டாலும் மணநுகர்ச்சியே இதற்கு அவசியமாகிறது. 'எனக்கு நல்ல இருமல், தடிமன், நாக்கிலை எதனை வைத்தாலும் சுவை தெரியவில்லை' எனப்பலர் அலுத்துக் கொள்வது நாளாந்த சம்பாஷணையில் கேட்டது தானே. பொதுவாகவே ஒரு சுவையரும்பு குறிப்பிட்ட ஒரு சுவையினையே உணரவல்லது. நமது நாக்கின் முற்புறத்திலே உள்ளவை இனிப்புச் சுவையுடன் சம்பந்தமானவை. உப்புத் தன்மையை உணர்பவை நாக்கின் நுனியிலும் பக்கங்களிலும் உள்ளன. புளிப்புடன் சம்பந்தமானவை பக்கங்களிலும் கசப்புடன் சம்பந்தமானவை பிற்புறத்திலும் உள்ளன. சுவை அரும்புகள் 10 நாட்களுக்கு ஒரு முறை புதுப்பிக்கப் படுகின்றன என்பது அனுகூலமானது. மிகவும் சூடான பதார்த்தங்களை உட்கொள்ளும் போது அவை இறந்து விடலாம்.

சாதாரணமாக ஒருவரின் உடலைப்போர்த்திய தோலின் பரப்பளவு 20 சதுர அடி. இவை எங்கும் ஸ்பரிச உணர்ச்சியுடன் சம்பந்தப்பட்ட தொட்டுணரிகள் உள்ளன. ஆனால் அவை எல்லா இடங்களிலும் ஒரேசீராக விநியோகப்பட்டிருப்பதில்லை. உதடுகளிலும் விரல் நுனிகளிலும் பெரும் அளவிலே காணப்படுகின்றன. முதுகுப் பக்கத்திலே மிகவும் குறைவாகவே காணப்படுகின்றன..

இங்கேயும் ஒரு ஆச்சரியம். எமது ஸ்பரிச உணர்வு இருகூறுகளைக் கொண்டது. அவை உணர்வு பூர்வம் (Emotional) மற்றையது சமூகசார்பானது (Social). முன்னையது நோவு (pain) மற்றையது பாசம் (Affection) இந்த இரண்டு உணர்வுகளையும் ஸ்பரிசத்தால் வேறுபடுத்திக்காண முடிகிறது ஆச்சரியமே.

ஊணர்ந்தறிவு (2) (Perception)

உணர்ந்தறிவு என்பது புலனுணரவினால் கொண்டு வரப்படுகின்ற தகவலை புரிந்து கொள்ளுதல் ஆகும். ஆரம்பத்திலே உளவியல் விஞ்ஞானிகள் புலனுணர்வு, உணர்ந்தறிவு ஆகிய இரண்டும் ஒன்றெனக் கொண்டிருந்தனர். இப்பொழுது சற்று மாற்றி உணர்ந்தறிவு என்பது புலனுணர்வின் தொடர்ச்சி எனக் கருதுகிறார்கள்.

உணர்ந்தறிதலை இருவகையாக பிரிக்கமுடியும். பெரும்படிநிலை உணர்ந்தறிதலில் (Major perception) கண், செவி ஆகிய புலனுறுப்புகள் இரண்டும் சம்பந்தமுடையன. ஒலியானது நேரே இருந்து வருமாயின் அது இரு காதுகளிலும் ஒரே சமயத்தில் விழுகின்றது. அவ்விதமல்லாமல் ஒரு பக்கத்தில் இருந்து அது வருமாயின் இருகாதுகளும் அதனைக் கேட்பதற்கு இடையே ஒரு கால இடைவெளி உள்ளது. ஆகவே இரண்டு வெறுவேறு நேரங்களில் மூளையினை இந்த ஒலி அலைகள் சென்றடைந்தாலும் மூளை அவற்றினை ஒன்றாக்கிவிடுகிறது. இதே போன்று தான் கண்களும் செயல் படுகின்றன.

ஏனைய மூன்றினால் ஏற்படும் உணர்ந்தறிதலை சிறுபடிநிலை உணர்ந்தறிதல் (Minor perception).எனலாம்.

புலனுறுப்புக்களிலிருந்து புலன் நரம்புகள் தோன்றுகின்றன எனபது தெரிந்ததே. இந்த நரம்புகள் மூளையினைச் சென்று அடைகின்றன. மூளையிலிருந்து 12 சோடி மண்டை ஓட்டு நரம்புகள் தோன்றுகின்றன அல்லது வந்தடைகின்றன. வந்தடைவற்றினைப் புலன் நரம்புகள் எனவும் தோன்றுகின்றவற்றினை இயக்க நரம்புகள் எனவும் அழைப்பார்கள். நாசி மேலணியில் இருந்து வருகின்ற மண நுகர்ச்சி நரம்பு முதலாவது நரம்பு, மூளையின் முற்புறத்திலே உள்ள மணநுகர்ச்சிக் குமிழினைச் சென்று அடைகையில் ஏனைய புலனுறுப்புகளிலிருந்து வருகின்ற நரம்புகள் நான்கும் மூளையினது மூளையமேற்பட்டையின் கீழே காணப்படும் தண்டுருவினைச் சென்றடைகின்றன. கூர்ப்பின் படிக்கு மண நுகர்ச்சியே ஆதியான புலனறிதலுடன் சம்பந்தப்பட்டதாம். ஆகவே அது முன் மூளையை வந்தடைகிறது. ஏனையவை மூளை சிறத்தலடைந்த பின்னர் ஏற்பட்டவை. அவவை கண்ணிலிருந்து வரும் இரண்டாவது நரம்பு, செவியிலிருந்து வரும் 8வது நரம்பு, நாக்கிலிருந்து வரும் 9வது நரம்பு, முகம் உதடு ஆகியவற்றிலிந்து வரும் 5வது நரம்பு. ஆகவே புலனுறுப்புகள் மூளையினை வந்தடைகின்ற முறையினைப் பார்த்தாலும் உணர்ந்தறிவு

58ம் பக்கம் பார்க்க...

ஏப்ரல் 24 ரொறன்ரோ மாநகர சுத்திகரிப்பு நாள்



வாழும் இடம், பருகும் நீர், சுவாசிக்கும் காற்று... இவற்றின் தூய்மையில் தான் மனித வாழ்வின் தரம் தங்கியுள்ளது.

'சுத்தம் சுகம் தரும்' என்பது முதுமொழி. நாம் வாழும் சூழலை சுத்தமாக வைத்திருப்பதன் மூலம் ஆரோக்கியமாக வாழலாம்.

ஒவ்வொருவரின் தனி முற்சியினால் நகரங்கள் சுத்தமாகும். நகரங்கள் சுத்தமானால் நாடு சுத்தமாகும். சுற்றுப்புறச் சூழல் சுத்தமாக இருப்பதனை உறுதி செய்வது ஒவ்வொரு குடிமகனின் கடமையுமாகும்.

இத்தகைய நன்னோக்கினை அடிப் படையாகக் கொண்டு வருடாந்தம் ரொரன்ரோ மாநகர சுத்திகரிப்பு நாள் கொண்டாடப்பட்டு வருகின்றது.

அந்த வகையில் இவ்வருடமும் ஏப்ரல் 24ம் திகதி ரொரன்ரோ மாநகர சுத்திகரிப்பு நாளாக பிரகடனப்படுத்தப்பட்டு அன்றைய தினம் பிற்பகல் 2:00 மணியிலிருந்து 20 நிமிட துப்பரவுப் பணி திட்டத்தில் பொது மக்கள் பங்கேற்க ஊக்குவிக்கப்படுகின்றனர். அன்றைய தினம் பிற்பகல் 2:00 மணிக்கு அனைவரும் தமது சூழலில் 20 நிமிட சுத்திகரிப்புப் பணியில் பங்கேற்றி வாழும் மண்ணுக்கு நன்றிக் கடனாற்றுவதோடு ஆரோக்கியமான சூழலிற்கும் வழிவகுக்க வேண்டப்படுகின்றனர்.

இந்த ஆண்டும் ரொரன்ரோ மாநகரம் முழுவதும் மட்டுமன்றி சூழ அமைந்துள்ள ஒக்வில், மிசிசாகா, வோண், மார்க்கம், ரிச்மண்ட்ஹில், பிக்கறின், ஏஜெக்ஸ் உட்பட்ட அயல் மாநகரங்களும் பிராந்தியங்களும் இப்பணியில் இணையவுள்ளன.

கடந்த வருடம் சுமார் 130,000 ரொரன்ரோ வாசிகள் நகரத்தெருக்களில், வேலைத்தள, பாடசாலை, என சுற்றியுள்ள சூழலில் களமிறங்கி 20 நிமிட சுத்திகரிப்புப் பணியை ஆற்றியிருந்தனர். குப்பைகளைக் கூட்டித்தள்ள கூடிஉறவாடிப் பணியாற்றிய கனடிய பல்லினச் சமூகத்தின் அன்றைய நாள் பணியானது கனடாவிற்கு பெருமை சேர்ப்பதாக அமைந்திருந்தது. சுற்றாடலினைச் சுத்தமாக்கும் இப்பணியானது சமூக ஆரோக்கியத்திற்கும் வலுச்சேர்ப்பதாக அமைந்தமையை கடந்த வருடம் இச்சிறப்புநாளில் காணக்கூடியதாக இருந்தது.

இவ்வருடமும் இந்நாளில் அனைத்து மக்களும் வீதிகளில் இறங்கிச் சுத்தப்படுத்தி நல்ல குடிமக்களாக எம் வாழும் தேசத்திற்கான கடனை ஆற்றுவோமாக. இந்த நாளை நாம் மறக்காமல் எமது கால அட்டவணையில் குறித்து வைத்து அன்றைய தின சமூகத் திட்டங்களில் பங்கேற்று பணியாற்றுவோமாக.

ஒரு வேளை இந்நாளினை நீங்கள் தவற விட்டால் கழிவகற்றும் சமூகப் பணியில் ஈடுபடுதற்கென மீண்டும் ஒரு வாய்ப்பு உண்டு. ஏப்ரல் 25ம் திகதி சனிக்கிழமையன்று இடம்பெறவுள்ள மாநகராதிபதி டேவிட் மிலர் அவர்களின் சமூகத்துப்பரவு சிறப்பு நாளில் கலந்து பணியாற்றியும் பங்கேற்க முடியும். இதுகுறித்த மேலதிக விபரங்களுக்கு www.toronto.ca/litter/clean-up/index.htm என்ற இயத்தளத்திலும் தொடர்பு கொள்ளலாம். அல்லது (416) 392-7899 அல்லது (416) 392-7913 ஆகிய தொலைபேசி இலக்கங்களில் தொடர்பு கொண்டு அறியலாம்.



சுத்திகரிப்பு நாளில் நாம் என்ன செய்யலாம்?

- கழிவு அகற்றும் கொள்கலன்கள் முதலானவற்றை விலைகொடுத்து வாங்கலாம்.
- 90 நாட்களுக்குள் புதிதாக புதிய வீட்டிற்கு குடிபுகுந்தவராக இருந்தால் ஆதாரம் காட்டி புதிய மீள் உபயோக சேகரிப்பு பெட்டிகளையும், பழைய பெட்டிகள் உடைந்திருந்தால் அவற்றை கொடுத்து புதிய பெட்டிகளையும் இலவசமாக பெற்றுக்கொள்ளலாம்.
- உதிரிப்பாகங்கள் இலத்திரனியல் மின்னியல் உப கரணயங்கள் இரசாயனப் பதார்த்தங்கள், மண்ணில் உக்காத சேர்வைகள், பிளாஸ்டிக் பைகள், எண்ணெய், மருந்து, கவர் கான்கள் முதலியவற்றை அகற்ற அல்லது மீள உபயோகத்திற்கு வழங்க எடுத்து வரலாம்.
- எமக்கு உதவாதவை பிறருக்கு உதவலாம் எனும் நோக்கில் வழங்க உங்கள் பொருட்களை எடுத்து வரலாம்.
- இலவசமாக வழங்க அல்லது மீள் உப யோகத்திற்கு என நீங்கள் வழங்கும் பொருட்கள் யாவற்றையுமே எடுத்துச் சென்று வழங்கலாம்.

சுமார் 15 வருடங்களாக இந்த வீட்டுக்கழிவு மீள்உபயோக விழிப் புணர்வு நாள் செயற்படுத்தப்பட்டு வெற்றியீட்டி வந்துள்ளது.

மண்ணில் உக்காத, மண்ணிற்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் கழிவுகளை உகந்தமுறையில் அகற்றுவது அவசியமானது.

அத்துடன் இந்நாளில் இலை உக்கி உரமாகிய மண்ணான சேதனப்பசளை சேர்க்கப்பட்ட மண் குவியலையும் இலவசமாகப் பெறலாம். இதனைப் பெற கொள்கலன்களையும் மண் அள்ளும் கரண்டிகளையும் நாமே எடுத்துச் செல்வது அவசியம்.

இது வசந்த காலம். கோடைகாலத்தால் நகரே பூ வனமாக காட்சிதரும். அதற்கு இந்த மண் வெகு பயனளிக்கும். பூஞ்செடிகள், காய்களின் தோட்டம், புற்றரை போன்றவற்றிற்கு இந்த வளமான மண்ணினையிடலாம்.

மொத்தத்தில் இந்த தினத்தினைப் பயன் படுத்தி உங்கள் வீட்டு கழிவுகளையும் வேண்டாத பொருட்களையும் உகந்த முறையில் அகற்றுங்கள்.

பாடசாலைகளிலும் நிறுவனங்களிலும் இந்த நாள் சிறப்பு நாளாக அனுஷ்டிக்கப்படுவதுண்டு.

கடந்த வருடத்திற்கு முந்தைய வருடம் இந்த சமூகப்பணியில் சுமார் 90,000க்கும் அதிகமான மக்கள் இந்த 20 நிமிடப் பணியில் பங்கேற்றனர். கடந்த வருடம் இவ் எண்ணிக்கையானது 130,000 ஆக அதிகரித்தது. இவ்வருடமும் அவ்வறாக மக்கள் பெருமளவில் பங்கெடுக்குமாறு வேண்டப் படுகின்றனர்.

இந்நாளின் நிகழ்வுகளை 3Rs programs என்பர். அதாவது Reduce, Reuse, Recycle எனும் மூன்று வகையான வழிகளில் சுற்றுச்சூழலைப் பாதுகாத்தலை நோக்கமாக கொண்ட செயற்திட்டங்களை வகுத்து வழிநடத்த காத்திருக்கிறது மாநகர அரசு.

கழிவு என உலகில் எதுவுமே இல்லை. அனைத்துமே மறுபடியும் பயன் தருவனவே. இவ்வண்ணம் மீள் கழிவினை பயன்படுத்தும் திட்டங்களால் சுற்றாடல் சுத்தமாக பேணப்படுகின்றது.

1989லிருந்து ஆரம்பிக்கப்பட்ட இந்த திட்டத்தால் எமது ரொரன்ரோ மாநகரம் மிகுந்த பயனெய்தியுள்ளது.

கடதாசிகள் மீளுபயோகச் சேகரிப்பில் பங்கேற்று வீணாகாமல் பயன்படுத்துவதானால் மரங்கள் வெட்டப்படுவது தடுக்கப்படுகின்றது. இதனால் மண்ணரிப்பு ஒட்சிசன் குறைதல் போன்றன தவிர்க்கப்படுகின்றன.

மரங்களிலிருந்து கடதாசி தயாரிப்பதைவிட கடதாசி, பத்திரிகைகள் போன்றவைகளை மீளப் பயன்படுத்தி கடதாசி செய்வதனால் 75% சதவீதம் சக்தி சேமிக்கப்படுவதால் 50 சதவீத நீர் விரயம் குறைக்கப்படுகின்றது.

கடதாசிகளை கலவையாக்கி மீண்டும் கூரை தகடுகள் (roof shinglas) கடதாசிப் பெட்டிகள், சுவர் பலகைகள், Celing tiles, முட்டைப் பெட்டிகள், பத்திரிகைகள் என மறுபடியும் செய்யலாம்.

1 தொன் கடதாசியை மீளப் பயன்படுத்துவதனால் 19 மரங்கள் தறிக்கப்படுவதனை தடுத்து நிறுத்தலாம் என புள்ளிவிபரக் கணக்குகள் கூறுகின்றன. வீடுகளில் கண்ணாடிப் போத்தல்களை மீளுபயோகத்திற்கு பயன் படுத்துவதனால் வெப்ப இழப்பு பாதுகாப்பிற்கு பயன்படுத்தப்படும் Sibreglass insulation தயாரிக்கப்படுகின்றது. புதிய கண்ணாடிப் போத்தல்கள் தயாரிக்கப்டுகின்றன. இன்னமும் பலவற்றைத் தயாரிக்க இவை பயன்படுகின்றன.

பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் ஜக்கட், ஸ்காவ் என பலவற்றை செய்ய பயன்படுகின்றது. பிளாஸ்டிக்கை மீளுபயோகப்படுத்துவதனால் வளியில் வெளியேற்றும் மாசு குறைக்கப்படுகின்றது. சக்தியும் 1/3 பங்கு குறைகின்றது.

தகர கொள்ளகலன்கள், ஒலிவட்டு, குளிர்பானக் கொள்கலன்கள் செய்யப் பயன்படுகின்றன. இந்த மீளுபயோகத்தினால் 95% சதவீதம் சக்தி விரயம் குறைக்கப்படுகின்றது.

ஒரு தகரக் கொள்கலனை வெளியே எறிவது 6 அவுன்சு எரிபொருளை வெளியே வீசுவதற்கு சமனானது.

இரும்பு உலோகங்களை மீளுபயோ கப்படுத்துவதால் ஒவ்வொரு தொன் இரும்புக்கும் 1.36 தொன் இரும்பு தாது சேமிக்கப்டுகின்றது.

மீளுபயோகத்தினால் கழிவென நாமகற்றுபவை வீணாகாமல் மீளுபயோகமாகின்றன.

அதனால்... மிக்சினனுக்கு அனுப்பப்படும் குப்பையின் அளவு குறைகின்றது. Green Bin program எனப்படும் பச்சைப் பெட்டி திட்டம் 2005இல் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு வெற்றிகரமாக செயல்படுத்தப்பட்டு வருகின்றது.

இத்திட்டத்தின் விளைவாக சுமார் 14 சதவீதத்தால் இங்கிருந்து மிக்சினனுக்கு செல்லும் கழிவுகள் குறைக்கப்பட்டுள்ளன. அதாவது வாரத்திற்கு 70 வண்டிக்குப்பைகள் கொண்டு செல்வது குறைக்கப்பட்டுள்ளன.

தற்போழுது ரொரன்ரோ மாநகரம் ஒரு தொன்னுக்கு சுமார் 100 வண்டிகள் குப்பைகளை மிக்சனுக்கு அனுப்பி வருகின்றது.

2012க்குள் 100 சதவீதத்தால் இங்கிருந்து அனுப்பும் குப்பை குறைக்கப்படும் என எதிர்வு கூறப்பட்டுள்ளது.

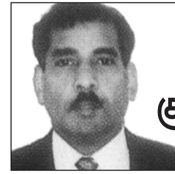
இது ஒவ்வொருவரது பங்களிப் பினாலுமே சாத்தியமாகும். எனவே இதனை பொறுப்புணர்வோடு கொண்டேற்று சூழல் நற் பேணலப் பணியில் அனைவருமே பங்கேற் போமாக.

ஏதிர் வரும் ஏப்ரல் 24ம் திகதி ரொரன்ரோ மாநகர சுத்திகரிப்பு நாளிலே பி.ப. 2:00 மணிக்கு வீதிகளில் இறங்கி 20 நிமிட துப்பரவுப் பணி திட்டத்தில் அனைத்து மக்களும் பங்கேற்போமாக. இதனூடாக வாழும் மண்ணுக்கு நன்றிக் கடனாற்றுவதோடு ஆரோக்கியமான சூழலிற்கும் வழிவகுக்க முடியும்.

vathani@thaiveedu.com



திக்குத் தெரியாத காட்டில்!

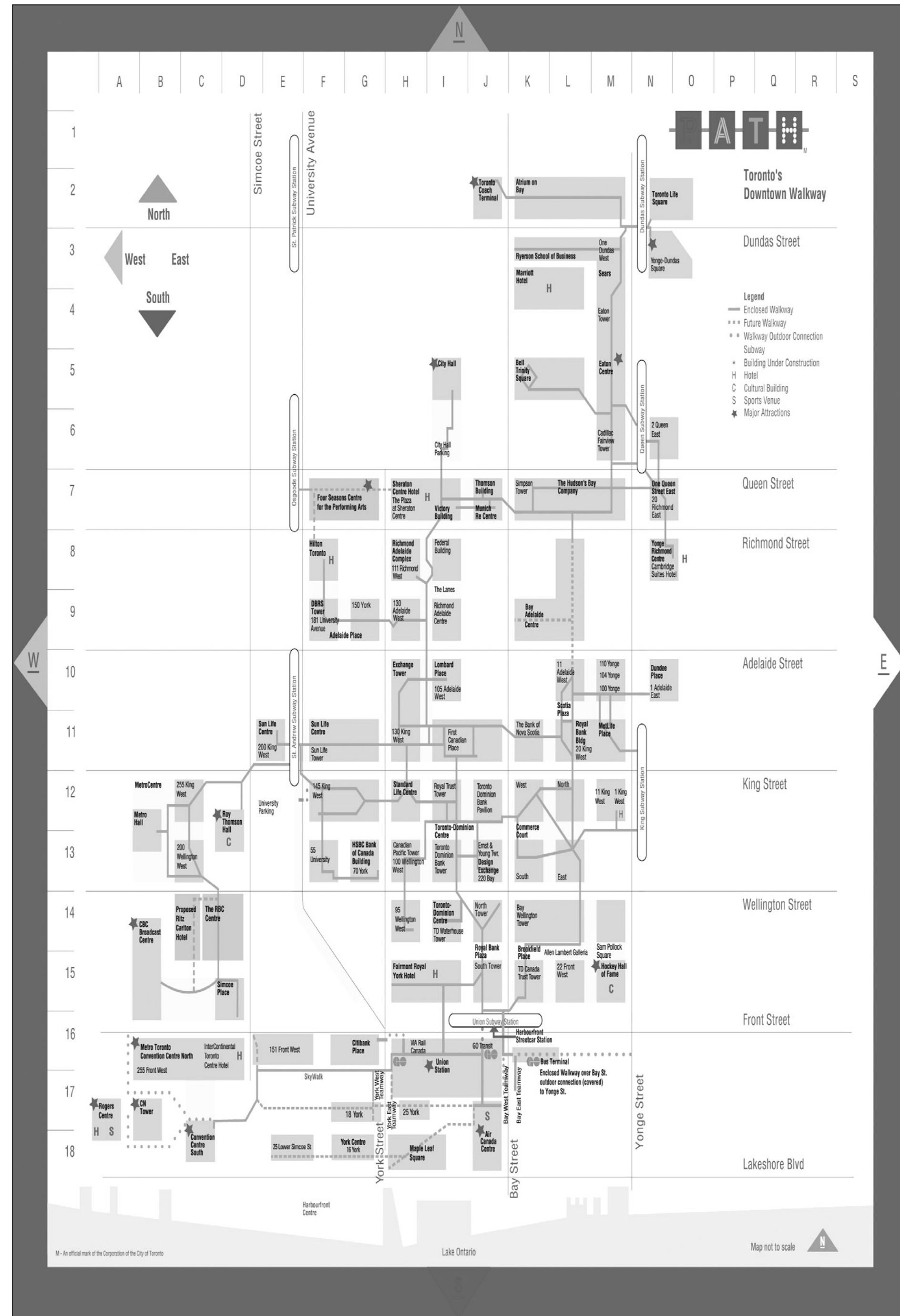


குரு அரவிந்தன்

புகுந்த வீட்டில் பிறந்தநாள் கொண்டாடினார்கள். புகுந்த வீட்டுக் கொண்டாட்டம் என்பதால், கலந்து கொள்வதில் மகிழ்ச்சியாக இருந்தாலும் மனம் அதில் முழுமையாக ஈடுபட மறுத்தது. பிறந்த வீட்டு மனித அவலம் கண்ணுக்குளே நிறைந்திருந்ததால் முழு மனதோடு அந்தக் கொண்டாட்டத்தில் ஈடுபட முடியாமல் போனது. மனசு தவிப் போடு அவ்வப்போது விம்மி விம்மி அழுது கொண்டிருந்தது. நாங்கள் வசிக்கும் ரொரன்ரோவின் 175வது பிறந்தநாள் தான் அது என்பதால் பத்திரிகைகள் வானொலிகள் தொலைக்காட்சிகள் என்று எல்லாமே அதையே முதன்மைப் படுத்தியிருந்தன. அதனாலோ என்னவோ ஈழத்தில் நடக்கும் மனித அவலத்தைப் பற்றிய செய்திகள் எல்லாம் அனேகமாகப் பின் தள்ளப்பட்டிருந்தன. இருந்தாலும் எடுத்த முயற்ச்சியைக் கைவிடாமல், சோர்ந்து போகாமல் தமிழர்கள் வீதிகள் தோறும் மனித அவலத்தைப் பற்றிய கவன ஈர்ப்புப் போராட்டம் நடத்திக் கொண்டே இருந்தனர். தங்களை மேல்மட்டத்தினர் என்று அடையாளப்படுத்த முயன்ற ஒருசிலரைத்தவிர தமிழர்களில் அதிகமானோர்களின் முகங்களை இந்த கவனஈர்பில் காணமுடிந்தது. வந்தவர்கள் எல்லோரும் குளிருக்கு தலையை மூடித் தொப்பி அணிந்திருந்ததால் அந்த ஒருசிலர் கூட, தமிழ் இனஉணர்வு இல்லா விட்டாலும், மனிதாபிமான உணர்வில் அங்கே வந்திருக்கலாம் என்று மனசு தனக்குத்தானே சமாதானப் படுத்தியது. தமிழர்களில் பலர் உடலால் இந்த மண்ணில் வாழ்ந்தாலும் அவர்களின் சிந்தனை எல்லாம் தாயகத்து உடன் பிறப்புக்களோடு ஒன்றிப் போயிருந்ததை அங்கே அவதானிக்க முடிந்தது. தொலைக்காட்சியில் ஒரு பெண்மணி பந்தா எதுவும் இல்லாமல் வந்து 'இது கவிதை பாடும் நேரமல்ல கண்ணீர் விட்டுக் கதறியழும் உடன் பிறப்புக்களுக்கு தார்மீக உதவி செய்ய வேண்டிய நேரமிது, உடன்பிறப்புக்களே தயவுசெய்து எழுந்திருங்கள்!' என்று உணர்வுபூர்வமாய் எடுத்துச் சொன்னது பலர் மனதிலும் ஆழப் பதிந்து போயிருந்தது.

ரொரன்ரோவின் 175வது பிறந்த நாளைக் கொண்டாட உலகின் பல பாகங்களில் இருந்தும் உல்லாசப் பிரயாணிகள் பலர் தினமும் வந்து கொண்டே இருக்கின்றனர். தெற்கே அமெரிக்க எல்லையைக் கடந்து கனடாவிற்கு வண்டியில் வருபவர்களுக்கு கவர்ச்சியைக் கொடுப்பது உலகப் புகழ் பெற்ற நயாகரா நீர்வீழ்ச்சிதான். கனடாவின் பக்கத்தில் நின்று பார்த்தால்தான் நீர்வீழ்ச்சி யின் முழுமையான அழகும் வெளிப்படையாகத் தெரியும். விமானத்தில் வருபவர் களுக்கு முக்கியமாக முதலில் கண்ணில் படுவது பியர்சன் சர்வதேச விமான நிலையம் தான். ரொறன்ரோ நகரத்திற்குள் நுழைந்ததும் முதலில் கண்ணில்படுவது உயர்ந்து வாளாவி நிற்கும் சீ.என். டவர் (CN Tower) அதற்கு அருகேதான் 'றோயஸ் சென்ரர்' என்று பெயர் மாற்றப்பட்ட 'ஸ்கைடோம்' இருக்கிறது. கொக்கி விளையாடும் பிரபலமானவர்களின் அரங்கம், றோய் தொம்சன் மண்டபம், எயர் கனடா சென்ரர், நகரமண்டபம், இதைவிட உயர்ந்த பல கட்டிடங்கள், முக்கியமான நிதி சம்பந்தமான செயற்பாட்டுத் தலைமையகங்கள் போன்றவற்றை டவன்ரவுண் என்று சொல்லப்படுகின்ற இந்த இடத்தில் பார்க்க முடியும்.

இதைவிட காபர்புறன்ட், (Harbourfront) லேக்சோர் என்று சொல்லப்படுகின்ற ஏரிக்கரையும் உல்லாசப் பயணிகளைக் கவரும் இடமாக இருக்கின்றன. சற்றுத் தூரம் சென் றால் ஒன்ராறியோ பிளேஸ், காஸலோமா, (Casa Loma) பிளாக்கிறீக் பயனியர் விலேச், (Black creek pioneer village) மிருகக்காட்சி சாலை, புராதன பொருட்காட்சிச்சாலை, (Museum) ஒன்ராறியோ சயன்ஸ் சென்றர், கைபாக், ரொறன்ரோ ஐலன்ட் போன்றவற்றையும் பார்க்கமுடியும்.



இவற்றை எல்லாம்விட பாத் (PATH) என்று சொல்லப்படுகின்ற உல்லாசப் பயணிகளைக் கவரக்கூடிய பாதாள நகரம் ஒன்று ரொறன்ரோவில் மறைந்திருப்பது பலருக்குத் தெரியாது. இருபத்தி ஏழு கி.மீற்றர் தொடர் நடைபாதைகளைக் கொண்ட பாதாள நகரத்தைப் பற்றிப் பலரும் அறிந்திருக்கவில்லை. உலகிலேயே மிகப் பெரிய பாதாள விற்பனை நிலையங்கள் உள்ள இடம் இதுதான் என்று சொல்கிறார்கள். அப்படி ஒரு இடம் நிலமட்டத்திற்குக் கீழே ரொறன்ரோவில் இருக்கிறதா என்று பலரும் ஆச்சரியப்பட்டார்கள். உல்லாசப் பயணிகளை மட்டுமல்ல எங்களையும் கவரக்கூடிய பல இடங்கள் இந்தப் பாதாள நகரத்தில் இருக்கின்றன.

ஐம்பதற்கு மேற்பட்ட உயர்ந்த கட்டிடங்கள், ஐந்து பாதாளத் தொடர் வண்டி நிலையங்கள், இருபது வாகனத் தரிப்பிடங்கள், ஆறு உல்லாச விடுதிகள், சிறிது சிறிதாகப் பல விற்பனை நிலையங்கள், 1927ல் அமைக்கப் பட்ட பல தொடர் வண்டிகள் வந்து செல்லும் யூனியன் தொடர்வண்டி நிலையம், 1967ல் கட்டப்பட்ட 56 மாடிகளைக் கொண்ட ரொறன்ரோ டொமினியன் சென்ரர், 1975ம் ஆண்டு கட்டப்பட்ட 978 அடி உயரமான 72 மாடிகளைக் கொண்ட பெஸ்ட் கனடியன் பிளேஸ் (First canadian place) எல்லாம் இங்கேதான் இருக்கின்றன. இப்பொழுதெல்லாம் இலகுவாக நடைபாதையைக் கண்டு பிடித்துப் போய் வருவதற்குப் பல வர்ணங்களிலும் சைகைகள் போட்டிருக்கிறார்கள். வடக்கு நோக்கிய அம்புக்குறி நீல நிறத்திலும், தெற்கு நோக்கிய அம்புக்குறி சிகப்பு நிறத்திலும், கிழக்கு நோக்கிய அம்புக்குறி மஞ்சள் நிறத்திலும், மேற்கு நோக்கிய அம்புக்குறி அரேஞ்ச் நிறத்திலும் போடப் பட்டிருக்கின்றன. சென் அன்றூஸ், யூனியன், கிங், குயின், டன்டாஸ் ஆகிய ஐந்து தொடர் வண்டி நிலையங்களும் ஒன்றோடு ஒன்று இந்தப் பாதாள நடைபாதையால் இணைக்கப் பட்டிருக்கின்றன. சுமார் 1200 வர்த்தக நிலையங்களில் சுமார் 5000 மேற்பட்ட தொழிலாளர் வேலை செய்யும் மிகவும் பரபரப்பான இடமாகவும் இது இருக்கிறது. சில அதியுயர்ந்த கட்டிடங்களில் உள்ள குறிக்கப்பட்ட சில எலிவேற்றர்கள் ஒற்றை இலக்க மாடிகளிலும், ஏனையவை இரட்டை இலக்க மாடிகளிலும் மட்டும்தான் நிற்கும் என்பதை கவனத்தில் கொள்வது நல்லது. பனிக்குளிர் காலத்தில் குளிரின் பாதிப்பு இல்லாமல் பொருட்கள் கொள்வனவு செய்வதற்கு இது சிறந்த இடமாகும். இதைவிட இந்தப் பாதாள நகரத்தைப் இன்னும் பெரிதாக்குவதற்கும், இன்னுமொரு தொடர்வண்டி நிலையத்தை இதனுடன் இணைப்பதற்கும், மேலும் அறுபது கி.மீற்றர் நடைபாதையை இங்கே அமைப்பதற்கும் வேண்டிய பல முயற்சிகள் நடந்து கொண்டிருக்கின்றன.

திக்குத் தெரியாத காட்டில் அலைந்தது போன்ற நிலையில் அன்று நானிருந்தேன். ரொறன்ரோ நகரத்திற்கு வந்த புதிதில் ஒருநாள் டவுண்ரவுன் பார்க்கப் போயிருந்தோம். அப்போது சிம்சன் என்ற பெயரோடு பிரபல வர்த்தக நிலையம் ஒன்று அங்கே இருந்தது. பின்பு அது கட்சன் அன் பே என்று மாறிவிட்டது. அதேபோல 1900ல் கட்டப்பட்ட ஈற்றன் நிலையமாக இருந்த இடம் இப்போது சியர்ஸ் என்று மாறி விட்டது. இந்த வர்த்தக நிலையங்களை எல்லாம் நடைபாதை மூலம் தொடுத்தபடி பாதளத்தில் ஒரு குட்டி நகரமே இருப்பதாகச் சொன்னார்கள். ஆர்வம் காரணமாக கீழே இறங்கிப்போய்ப் பல இடங் களைக் கால்போன போக்கில் பார்த்தோம். பார்த்து விட்டு வந்த வழியே திரும்பிப் போவதற்கு முயன்றபோது வந்த இடத்தையே மறந்து விட்டோம். எந்த ஒரு விளக்கமான சைகைகளோ, அல்லது வழிகாட்டிகளோ அப்போது பாதாள நடைபாதைகளில் இருக்க வில்லை. திசை தெரியாமல் திண்டாட வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டது. சுற்றிச் சுற்றி ஒரே இடத்தில் அலைவது போல இருந்தது. எதிரே வந்த வழிப்போக்கர்களிடம் விசாரித்து ஒருவிதமாக வெளிக்கிட்ட இடத்திற்கு வந்து சேர்ந்தோம். இப்போது அந்த நடைபாதைகள் பழகிப்போனாலும், நீண்ட நாட்களாக அந்தப் பாதாள நகரத்து தொடர் நடைபாதைகள் எனக்குத் தலையைச் சுற்றுவதாகவே இருந்தன.

இப்படி வழி தெரியாமல் திண்டாடிய சம்பவம் ஒன்று எனக்கு ஏற்கனவே பிறந்த மண்ணில் ஏற்பட்டிருந்தது. அப்போது தொடர்வண்டிகள் காங்கேயன்துறையில் இருந்து கொழும்பிற்கு எந்த ஒரு தடங்கலும் இல்லாமல் சென்று வந்து கொண்டிருந்தன. ஒருநாள் கொழும்பு

55ம் பக்கம் பார்க்க...

திக்குத் தெரியாத...

54ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

நோக்கி யாழ்தேவியில் சென்றபோது திடீரென நடுக்காட்டில் வண்டி நிறுத்தப்பட்டது. அதைத் தொடர்ந்து துப்பாக்கி வேட்டுச் சத்தங்கள் கேட்டன. இரண்டாவது பெட்டியில் இராணுவத்தினர் ஏறியதை காங்கேசந்துறையில் நான் அவதானித்திருந்தேன். அந்தப் பெட்டியை நோக்கித்தான் வெளியே இருந்து சரமாரியாக வேட்டுத் தீர்க்கப்பட்டது. போதாக் குறைக்கு என்சின் பக்கமிருந்து புகை மண்டலம் கிளம்பியது. பிரச்சனை பெருக்கப் போகிறது என்பதால் எல்லோரும் தங்கள் தங்கள் பெட்டிகளைத் தூக்கிக் கொண்டு வெளியே குதித்து கால் போன திசையில் ஓடத் தொடங்கினார்கள். என்னோடு ரயிலில் சினேகிதமான இன்னும் இரண்டு இளைஞர்கள் இருந்தார்கள். எந்தப் பக்கம் ஓடுவது என்று முதலில் நாங்களும் திகைத்துப் போய் நின்றோம். புகையிரதப் பாதைக்கு கிழக்கே தான் பிரதான பாதை இருப்பது எனக்குத் தெரியும். ஆனால் சிலர் பதட்டத்தில் மேற்குப் பக்கம் இறங்கி ஓடினார்கள். நாங்கள் என்ன சொல்லியும் அவர்கள் கேட்பதாக இல்லை. நாங்கள் கிழக்குப் பக்கம் நோக்கி ஓடினோம். இன்னும் எவ்வளவு தூரம் திக்குத் திசை தெரியாத இந்தக் காட்டில் ஓடவேண்டுமோ என்ற நினைவோடு, தவறான பக்கம் செல்கிறோமோ என்ற சந்தேகமும் எழுந்தது. ஓடியோடிக் களைத்துப் போன நிலையில் ஓய்வெடுக்க நினைத்து ஒரு மரத்தடியில் உட்கார்ந்தபோது எங்கோ தொலைவில் மயில்கள் அகவும் சத்தம் மேலும் பயம் காட்டியது. ஆனாலும் அந்தச் சத்தத்தையும் கிழித்துக் கொண்டு ஏதோ ஒரு வண்டியின் இரைச்சல் சத்தம் துல்லியமாய்க் காதில் வந்து விழுந்தது.

களைப்பையும் மறந்து துள்ளி எழுந்து பெட்டிகளையும் தூக்கிக் கொண்டு அந்தத் திசை நோக்கி ஓடினோம். வீதி பரந்து விரிந்து கிடந்தது. கையைக்காட்டி எதிரே வந்த வண்டியை மறித்தோம். நிறுத்துவதாகத் தெரியவில்லை. இப்படி இரண்டு வண்டிகள் எங்களைக் கவனிக்காமலே சென்று விட்டன. காலம் கெட்டுக் கிடந்ததால், நடுக்காட்டில் வண்டியை நிறுத்த அவர்கள் பயந்திருக்கலாம். என்னுடன் வந்த ஒருவர் யாழ்ப்பாணத்து முருங்கைக்காயை சீமெந்து பையில் கட்டாகக் கட்டிக் கொண்டு வந்திருந்தார். பொதுவாக அவை நீண்டு கொழுத்து இருக்கும். அதை அவர் தாங்கிப் பிடித்தவிதம் துப்பாக்கி ஒன்று நீட்டிக் கொண்டிருப்பது போல இருந்தது. அந்த நாட்களில் சாக்குப் பைகளில்தான் பையன்கள் துப்பாக்கியைக் கொண்டு திரிவார்கள். வண்டியை நிற்பாட்டுவதற்கு எங்களுக்கு வேறு வழி தெரியவில்லை. நான் அவரது தோளில் தொங்கிக் கொண்டிருந்த துணிப்பையையும், முருங்கைக்காய் கட்டையும் வாங்கினேன். துணிப் பையை பின்னால் கையுக்கு இடையே வைத்துக் கொண்டு இரண்டு கைகளாலும் முருங்கைக்காய் கட்டைத் துப்பாக்கிபோல நீட்டிப் பிடித்தேன். சற்று நேரம் செல்ல, மூன்றாவதாக வந்த வண்டியின் இரைச்சல் கேட்டது. வீதிக்குக் குறுக்கே நின்று கையைக் காட்டி மறிக்கச் சொன்னேன். இராணுவ வண்டியாகவும் இருக்கலாம் என்ற பயமும் எங்களுக்கு இருந்தது. வேறுவழி இல்லாமல் மறித்தோம். வேகமாக வந்த அந்த வண்டி சொல்வழி கேட்டுச் சற்றுத் தள்ளி நின்றது. வண்டிச் சாரதி வெளியே எட்டிப் பார்த்தார். நான் முருங்கைக்காய் கட்டை அலட்சியமாகத் துணிப்பைக்குள் வைத்து அரைகுறையாக மூடி மறைத்தேன். நண்பன் ஓடிச் சென்று நடந்ததை அவரிடம் சொன்னான். அவர் அந்தப் பக்கம் பார்வையைப் படரவிட்டார். தொடர்வண்டிப் பாதைப் பக்கம் ஏதோ எரிவதற்கான அறிகுறியாய் கரும்புகை தெரிந்தது. அவருடைய முகபாவனையைப் புரிந்துகொள்ள முடியாமல் இருந்தது. எங்கள் சொந்த மண்ணை அந்நியன் ஆக்கிரமிப்பதா? என்ற கோபம் அப்போது எல்லோர் மனதிலும் எரிந்து கொண்டு இருந்தது. அந்த நேரம் பார்த்து ஹெலி ஒன்று மேலே வட்டமடித்துச் சென்றது. 'தம்பிமாரே இங்கை நிண்டால் உங்களுக்கு ஆபத்து, ஆமிக்காரன் சுட்டுப் போடுவான். பின்னால இடமில்லை, வேண்டுமானால் மேலே ஏறி இருங்கோ' என்று கூரையைக் காட்டினார். மிகவும் பண்பாகவும் மரியாதையோடும் உதவி செய்யும் மனப்பான்மையோடு எங்களிடம் கதைத்தார். நீண்டு கொழுத்த முருங்கைக்காய் கட்டுத்தான் அதற்குக் காரணமோ தெரியவில்லை. அந்த இடத்தைவிட்டு விலகினால் போதும் என்பதால் நாங்கள் வண்டியின் கூரையிலே ஏறி உட்கார்ந்தோம். வண்டியின் வேகத்தில் வண்டுகள் வந்து கண்களில் முத்தமிட்ட, கண்கள் கலங்கின. ஓட்டுனர் எங்களைச் சாவகச்சேரியில் இறக்கிவிட்டார். அங்கிருந்து தட்டி வான் எடுத்து வீடு போய்ச் சேர்ந்தோம். செய்தியைக் கேள்விப்பட்ட பலர் தங்கள் குடும்பத்தவரை நினைத்துப் பதட்டத்தோடு வீதியோரம் காத்திருந்தார்கள். தொடர்வண்டி முற்றாக எரிக்கப்பட்டு விட்டதாக அங்கே கதை பரவியிருந்தது. அதில் பயணித்த பலர் இரண்டு மூன்று நாட்கள் கழித்துத்தான் வீடு வந்து சேர்ந்ததாகப் பின்பு கேள்விப்பட்டேன். இப்படியான அடிக்கடி ஏற்பட்ட பல தடங்கல்கள் காரணமாக காங்கேயன்துறையில் இருந்து வவுனியா வரை நடந்து கொண்டிருந்த தொடர் வண்டிப் போக்குவரத்து முற்றாகத் தடைப்பட்டு விட்டது. புகுந்த வீட்டு நினைவுகளோடு, தாய்மண்ணின் மறக்கமுடியாத அனுபவங்களாய் அவை இன்றும் நெஞ்சில் நிலைத்து நிற்கின்றன.

Please print 'City of Toronto – PATH Map.' Thank You.

kuru@thaiveedu.com



தோற்றத்தை வைத்து ஒருவரை எடை போடாதீர்

- பொன் குலேந்திரன் -

அண்மையில் இரு பிரபல தமிழ்நாட்டு நகைச்சுவை சினிமா நடிகர்கள் காலமானார்கள். ஒருவர் நாகேஷ், மற்றவர் ஓமக்குச்சி நாராயணன். முதலாம் நடிகர் நடந்தாலே சிரிப்பு வரும். இரண்டாமவர் குச்சியைப் போல் தோற்றமுள்ளவர் அதனால் அப்பெயரைப் பெற்றார். அவர்களின் தோற்றத்தைப் பார்த்தாலே பார்ப்பவர்களுக்கு சிரிப்பு வந்திடும். கவர்ச்சியில்லாத முகங்களும் தோற்றமும் கொண்டவர்கள் என்று அவர்களை ஒதுக்கி வைத்துவிட முடியாது. அதில் கூட திறமை புதைந்திருக்கிறது. குண்டு கருப்பையா தொந்தியோடு நடந்தாலே சிரிப்பை உருவாக்குவார். அப்படியிருந்தும் அவர்கள் எப்படி சினிமாவில் பிரபல்யமானார்கள்?. நடிகைகளில் அங்கமுத்துவும் பிந்து கோஸ்சும் உதாரணம். இவர்களைப் போல்தான் செந்தில் என்ற நகைச்சுவை நடிகரும். கட்டையான, கறுப்பு நிறத்தோற்றமே அவருக்கு ஒரு கொடை. நடிகர்கள் எல்லோரும் தோற்றத்தில் அழகாக இருப்பதில்லை. அவர்களது நடிப்புத் திறமை அவர்களை முன்னுக்கு கொண்டு வருகிறது. மற்ற நடிகர்களிடம் இல்லாத ஒன்றை இரசிகர்கள் அவர்களிடம் காண்கிறார்கள். லூஸ் மோகனும் அவ்வாறே. அவர் வசனம் பேசும் விதமும் , கண்ணை புளியும் விதமும் புதுமையானது. குள்ளமணி, தவக்களை போன்றவர்கள் தங்கள் தோற்றத்தை பாவித்து சினிமாவுக்குள் நுழைந்தவர்கள்.

சினமாவுலகில் தோற்றத்திற்கு ஏற்றவாறு கதாநாயகன், கதாநாயகியாகவோ, பெற்றோராகவோ, தோழனாகவோ, வில்லனாகவோ கதையைப் பொறுத்து தேர்ந்தெடுக்கப்படுகிறார்கள். வடிவுக்கரசி என்ற நடிகை நடிப்புத்திறமை இருந்தும் வெகுகாலம் கதா நாயகியாக நடிக்க முடியவில்லை அதற்கு காரணம் அவர் இளமையானாலும் அவருக்கு வயது கூடிய தோற்றமே. இறுதியில் பல டெலி டிராமாக்களில் தாயாக நடித்து பிரபல்யமாகிவருகிறார்.

ஒரு பெறுமதியான அழகான பொருளை அழகற்ற காகிதத்தனால் சுற்றி கட்டிவைத்தால் அதனை தேர்ந்தெடுக்க மாட்டார்கள். அதே போல் உள்ளே இருக்கும் பயனற்ற பொருளை அழகாக காகிதத்தால் சுற்றி வைத்தால் உடனே வெளித்தோற்றத்தால் கவரப்படுவார்கள். அழகான ஒரு இளைஞனின் தோற்றத்தால் கவரப்பட்ட பெண்கள் பலர். அதனால் தான் ஆண்களும் பெண்களும் திருமணத்தின் பொது கவர்ச்சியான அழகுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறார்கள். ஆனால் மனதில் இருப்பதையும், குணாதிசியங்களை அறிந்து கொள்வதில் அக்கறை காட்டுவதில்லை.

ஒரு வைத்தியரை அல்லது தையல்காரரை அல்லது ஆசிரியரை தேர்ந்தெடுக்கும் போது அவர் எப்படி அழகாக இருக்கிறாரா என்று பார்ப்பதில்லை. அவர்கள் திறமையைத் தான் முதலில் பார்க்கிறீர்கள். தோற்றத்தை வைத்து ஒருவரை ஏடை போடலாகாது.

சிலர் ஊரையாடி கவரும் சக்தி உள்ளவர்கள். ஆனால் நெஞ்சில் முழுவதும் வஞ்சம் வைத்திருப்பார்கள்.

எந்த பொருள் அல்லது உருவம் ஒருவர் பார்வைக்கு தோற்றமற்றதாக இருக்கிறதோ அதே பொருள் அல்லது உருவம் வேறு ஒருவர் பார்வைக்கு பிரமாதமாக இருக்கும்.

பிகாசோ என்ற ஒவியரின் சித்திரங்களை பலர் பார்த்து இரசித்தில்லை. அச்சித்தரங்களில் உள்ள சூட்டசுமங்களை விளங்கிக் கொள்வதிலலை, ஆனால் அதிக விலை கொடுத்து வாங்கியவர்களும் உண்டு. பல கோணங்களில் பல மனிதர்கள் என்பார்கள். ஒன்றை ஊடுருவிப் பார்த்து கற்பனை செய்து இரசிப்பவர்கள் சிலரே. தோற்றத்துக்குள் புதைந்திருக்கும் சூட்டமத்தை அறியாதவர்கள் பலர். சில மலர்கள் பார்பதற்கு அருவருப்பைத் தரும் ஆனால் அவை மருத்துவத்திற்கு பெரிதும் பயன்படும்.

விழிப்புலன், செவிப்புலனற்று குறைபாடுகளைக் கொண்டிருந்தார் ஹெலன் கெல்லர் என்பவர். பலரின் விமர்சனத்தால் அவர் பாதிப்படைந்தாலும் தன் விடா முயற்ச்சியாலும் மன ஊறுதியாலும் கடின உழைப்பாலும் பேசும் சக்தியைப் பெற்று பிற்காலத்தில் பிரபல பேச்சாளரானார். ஏன் பிரபல பொப் பாடகரான மைக்கல் ஜக்சன் மேடையில் நடனமாடி பாடும் போது தனது தோற்றத்தின் நிறம் சரியில்லை என்பதற்காக சருமத்தின் நிறத்தை மாற்றினார். அதனால் உடல் நலம் பாதிக்கப்பட்டார்.

தோற்றம் இயற்கை எனும் இறைவன் தந்தது. அதை மரியாதையோடு ஏற்று கொள்ள வேண்டும். ஒரு குழந்தை பிறக்கும் போது அங்கக்குறைபாடாகப் பிறந்தால் அக்குழந்தையை தள்ளிவைக்கக் கூடாது. தேகத்தில் குறைபாடு ஊள்ளவர்கள் புத்தி கூர்மை உள்ளவர்கள் என்கிறது ஹொங்கொங்கில் நடந்த ஆராய்ச்சி. லண்டனில் வாழும் பிரபல பௌளதிகத்துறை விஞ்ஞானியான ஸ்டீபன் ஹோக்கிங்கிஸ் என்பவரின் தோற்றம் நோயினால் பாதிப்படைற்தாலும் அறிவாற்றல் மங்கவில்லை. அழகான தோற்றம் இருந்தாலும் வாழக்கையில் எதிர்பாராது ஏற்படும் சம்பவம் தோற்றத்தை மாற்றி விடுகிறது. சினிமா நடிகைகளின் தோற்றமே அவர்களுக்க வருமானத்தை கொடுத்தாலும் அதிக காலம் அது நிலைத்து நிற்பதில்லை.

எட்டு கோணங்களாக உடல் திருகி இருந்த தால் அந்த ஞானிக்கு அஷ்டவக்கிரர் என்று பெயர். பார்த்தாலே அருவபைப்படையும் வெளித் தோற்றம். முகத்தை திருப்பிக்கொண்டு போய்விடுவார். கேலி செய்யும் தோற்றம் பெண்கள் முகத்தைச் சுழிக்கும் தோற்றம். ஆனால் அவர் நான்கு வேதங்களையும் கற்று ஞானியாக திகழந்தார். ஆன்மீகத்தில் ஆர்வம் கொண்ட சக்கரவர்த்தி ஒருவர் படித்த பண்டிதர்களை அழைத்து ஒரு சபை கூட்டியிருந்தார். அச்சபைக்கு அஷ்டவக்கிரரும் போயிருந்தார். அவரின் தோற்றததைக் கண்டவுடன் எல்லோரும் கொல் என்று சிரித்தார்கள். அஷ்டவக்கிரருக்கு கோபம் வந்துவிட்டது. “இந்த சபையில் செருப்பு தைப்பவர்களும் இருக்கிறார்கள் என்று தெரிந்திருந்தால் நான் சபைக்கு வந்திருக்க மாட்டேன்” என்று கோபத்துடன் சொல்லி விட்டு புறப்பட தயாரானார். அஷ்டவக்கிரர் தங்களை அவமதித்த காரணத்தை பண்டிதர்கள் கேட்டனர். அதற்கு அஷ்டவக்கிரர் ‘மன்னா செருப்பு தைப்பவன் ஒரு விலங்கை பார்த்து அது கோணல் மானலாக தோற்றமளிக்கிறதா என்று பார்ப்பான். அது கோணல் மானலாக இருந்தால் அதன் தோல் செருப்புதைக்க உதாவது என்று தள்ளி வைப்பான். எனது தெகத்தின் தோற்றத்தை பார்த்து நகைக்கும் இவர்களும் அவனைப் போன்றவர்களே. உள்ளே உள்ள அறிவின் ஆழத்தை ஏடை போட முடியாதவர்கள். அதனால் தான் அப்படிச் சொன்னேன்’’ என்றார். பண்டிதர்கள் அவரிடம் மன்னிப்பு கேட்டனர்.

இராணுவத்துக்கும் காவல் துறைக்கும் ஆள் சேர்க்கும் போது திடகாத்திரமான தோற்றத்துக்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பது வழக்கம். ஆனால் அவர்கள் தமது தேக பலத்தை பாவித்து குற்றவாளிளையை சண்டை போட்டு பிடிப்பார்கள். ஆனால் புத்திசாலித் தனத்தை பாவிப்பது மிகக்குறைவு. பொருட்களை விற்பனை செய்பவர்களை தேர்ந்தெடுக்கும் போது தோற்றம் உள்வர்களுக்கு முதலிடம் கொடுக்கப்படுகிறது. இதில் பலருக்கு வாடிக்கையாளர்களுடன் பேசப் பழகத் தெரிவதில்லை. மாடல்களை தேர்ந்தெடுக்கும் போது தோற்றத்துக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது காரணம் அவர்கள் பெரும்பாலும் பார்வைக்கு தேவைப்படும் பொம்மைகளே. அவர்களது அறிவு, உச்சரிப்பு, ஆகியவை கவணிக்கப்படுவதில்லை.

பிறக்கும் குழந்தையின் தோற்றம் பெற்றோரின் மரபணுக்களில் தங்கியுள்ளது. நிறம். உயரம். ஏடை, முகஅழகு இவையெல்லாம் வாழையடி வாழையாக வருவது என்பது பலர் கருத்து. வளரும் சூழலும் தோற்றத்திற்கு துணைபோகிறது. சிறுவயதிலேயே தலைமயிர் நரைத்தோ அல்லது வழுககை விழுந்தோ தோற்றமளிப்பதற்கு பல காரணங்களை வைத்தியர்கள் எடுத்துச்சொல்கிறார். தலையில் வழுக்கை விழுந்த பல நடிகர்கள் செயற்கை முடிவைத்து இளமையாக தோற்றமளிக்கிறார்கள். காலம் சென்ற எம்.ஜி ஆர், சிவாஜி. தற்காலத்தில் சத்தியராஜ் போன்ற மற்றும் பல நடிகர்கள் இவ்வழியை பின் பற்றுகிறார்கள். அடிக்கடி மேக்கப் செய்வது சருமத்துக்கு அவ்வளவு நல்லதல்ல. தசவ தாரம் படத்தில் பிரபல ஹொலிவுட் ஒப்பனை யாளரின் உதவியுடன் பத்து வேடங்களில் நம்பமுடியாத அளவுக்கு தன் தோற்றத்தை மாற்றியமைத்து படத்தை வெற்றிப்படமாக வெளியுட்டுள்ளார் கமலஹாசன். “கண்களை நம்பாதே’’ என்பது எவ்வளவுக்கு உண்மை.

தொழில் தேடி நேர்காணலுக்குப் போகுமுன்னர் குளித்து தலைமுடியை அழகாக சீவி, உடலில் வாசனை திரவியம் பூசி, முகத்துக்கு பவுடர் பூசி, அழகான ஆடை அணிந்து, தமது தோற்றத்தை காவாச்சி யாக மாற்றிக் கொண்டு பொவது வழக்கம். தமது தொற்றத்துக்கு கொடுக்கும் முக்கிய கவனத்தை போல், தாம் நேர்காணலுக்கு போகும் ஸ்தாபனத்தைப் பற்றிய பல விபரங்களை பற்றி அறிந்து வைக்காமல் செல்வார்கள். கேள்விகள் அதைப்பற்றி இருப்பின் பேந்தப் பேந்த விழிப்பார்கள். வெளியே உள்ள தோற்றம் முக்கியமல்ல உள்ளே தெரிந்திருக்கும் சரக்கு தான் முக்கியம் என்பதை உணருவதில்லை.

pon@thaiveedu



தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com

Fax: 416-849-0594

Tel: 416-646-3422

ஓடு பாதையும் அதனைச் சரிசெய்தலும்

அலன் சிவசம்பு
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -

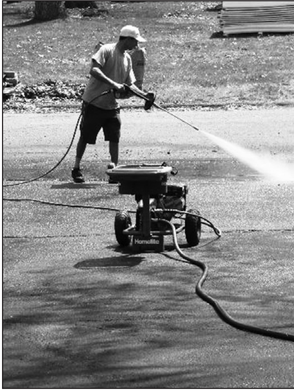
வீடுதிருத்தும் பொருட்கள் விற்பனை செய்யும் கடைகளில்; பலவித படங்களுடனும் ஓடு பாதையைச் சரிசெய்யும் உபகரணங்களுடனும் பார்வைக்கு வைக்கப்பட்டிருக்கும். அப்படியான நிலையில் நாம் இவற்றைக் கொண்டு எம்மாலும் அப்படி அழகான ஒரு பாதையைச் செய்ய முடியுமாவென நினைப்பதுண்டு. ஆனால் கீழே கொடுக்கப்படும் தகவல்களைக் கொண்டு எம்மாலும் ஒரு தேர்ச்சிபெற்ற தொழிலாளி போன்று செய்யலாம் என்பது உண்மையாகும்.

அப்படிச் செய்வதற்கு இரண்டு முக்கியமான பொருட்கள் தேவை. ஒன்று Quality materialsy. இரண்டாவதாக Proper Preparation.

ஓடுபாதை போடுவதற்குப் பலவிதமான தார்கள் உள்ளன. அவற்றில் Coal tar, Water based அத்துடன் acrylic Sealants என்னும் வகைகளும் உள்ளடங்கும். இவ்விதமான தார் வகைகளைப் பாவிக்கும் முறையோ அல்லது காயும் விதமோ மாறுபட்டதாக இருந்தாலும் இவற்றை ஓடு பாதையில் போடுவதற்கான தயார் செய்யும் முறைகள் ஒன்றாகும்.

- முதலாவதாக, ஒரு பாதையை எதுவிதமான புழுதி, மண் அல்லது ஊத்தை என்பன இல்லாதவாறு leaf blower எனப்படும் காற்று வீசும் கருவியை உபயோகித்துத் துப்பரவு செய்தல் வேண்டும்.
- இரண்டாவதாக, ஓடு பாதையில் Oil ஊத்தப்பட்ட அடையாளங்கள் இருந்தால் அவற்றை Brushசினால் தேய்த்தும் Pressure washerஐக் கொண்டும் நன்றாகத் துப்பரவு செய்தல் வேண்டும்.
- வெடிப்புகள் இருந்தால் அவற்றையும் நன்றாகத் துப்பரவு செய்து பின்பு ஓடுபாதையைத் தண்ணீரால் கழுவுதல் வேண்டும். Pressure washerஐப் பாவித்தால் இலகுவாகவும் நல்ல துப்பரவாகவும் செய்ய உதவியாக இருக்கும். Pressure washerற்கு வசதி இல்லாவிடில், regular hose with a jet nozzleஐயும் பாவிக்கலாம்.
- (இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றைப் பாவித்து நன்றாகத் துப்பரவு செய்த பின்பு) பின்பும் தனியாக hose ஒன்றைப் பாவித்து ஓடு பாதையில் உள்ள புழுதி, மண் போன்றவற்றைத் துப்பரவாக அகற்றி விடவும்.
- கடைசியாக மீண்டும் leaf blowerஐ ஓடு பாதை காய்ந்த பின்பு பாவித்து ஏதாவது புழுதி, மண் இருந்தால் அகற்றிவிடவும்.







வெடிப்புகளை சரிசெய்தல்

அடுத்ததாக வெடிப்புகளை எவ்வாறு சரி செய்வது எனப்பார்ப்போம். வெடிப்புகள் இருக்கும்போதே ஒரு பாதையைச் செய்தால் ஓடு பாதையின் பாவனையைக் குறைப்பது மட்டும் அல்லாது அதன் அழகையும் குறைத்து விடும். ஆகவே இந்த வெடிப்பகளை Crack Sealantஐப் பாவித்து அடைத்தல் வேண்டும். Crack Sealantஐ சிறிது நேரம் வெய்யிலில் வைத்த பின்பு பாவிக்கத் தொடங்கினால் Crack Sealantஐ வெடிப்புக்குள் இலகுவாகச் செலுத்துவதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

முக்கியமாக ஓடுபாதையைச் சீர்செய்ய முன்பு 24 மணிநேரத்திற்கு என்றாலும் மழை வராது என அறிந்த பின்பு தொடங்குதல் நல்லது.

அடுத்ததாக நாம் எவ்வகையான Sealantஐப் பாவிகின்றோம் என்பதைப் பொறுத்து அதற்கேற்ற உபகரணத்தைத் தெரிவுசெய்யலாம். பொதுவாக Brush/Roll அல்லது Spray சந்தையில் விற்பனைக்கு உண்டு. நீங்கள் Sealantஐத் தெரிவு செய்யும் நேரத்தில் அதற்கேற்ற உபகரணத்தையும் தெரிவுசெய்வது நல்லது. நாம் வீட்டினுள் வர்ணம் தீட்டும் முன்பு, வர்ணம் தேவையற்ற இடங்களில் படாதவாறு தயார்செய்கின்றோமோ அதே போல் வெளி இடத்திற்கும் அதாவது ஓடுபாதை செய்யும் போதும் நாம் அவ்வெளி இடத்தையும் தயார் செய்தல் வேண்டும். மேல் குறிப்பிட்டது போன்று செய்து முடித்த பின்பு 24 மணிநேரம் தொடக்கம் 48 மணி நேரம் வரை வாகனமோ, ஆட்களோ நடமாட்டம் இல்லாமல் ஓடு பாதையைப் பாது காத்தல் வேண்டும்.

alen@thaiveedu.com



பல்லாவுள் விடினும்...

51ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இருவகைப் படுவதைக் காணமுடியும்

கற்றறிவு(1)(Learning)

பெரும்பாலான விலங்குகளிலே சிறப்பாக மனித இனத்திலே பெரும்பான்மையான நடத்தைகள் கற்றலின் மூலமே பெறப்படுகின்றன. கற்றலை நாம் நடத்தையில் நிரந்தரமான மாற்றத்தினை ஏற்படுத்துல் என வருணிப்போம். கற்றல் என்பது இன்னொருவர் மூலமாக அல்லது சுய தேடலின் விளைவாகப் பெறப் படுகிறது. பெறப்படுகின்ற திறன்கள் பெறும் அனுபவங்கள் அல்லது பட்டறிவினால் பாதிக்கப் படலாம். அதன் விளைவாக நடத்தையில் மாற்றங்கள் ஏற்பட வாயப்புண்டு. ஆனால் பட்டறிவு காரணமாக ஏற்படுகின்ற நடத்தை மாற்றங்கள் எப்பொழுதும் தற்காலிகமானவையே. கற்றல் மூலமாகப் பெறப்படும் நடத்தைகள் எப்பொழுதும் நிரந்தரமானவையாகவே அமையும்.

சுவையொளி ஊறோசை நாற்றமென் றைந்தின்
வகைதெரிந்தவான் கட்டே உலகு

குறள் - 27

ஐம்புலன்களின் இயல்பினை உணர்ந்து அவற்றினை அடக்கி ஆளும் திறனுடையவனையே உலகம் போற்றும் என்கிறது குறள். ஆகவே ஐம்புலன்களினது இயல்புகளைத் தெரிந்து அவற்றினை தான் பெற்ற கல்வி அறிவின் மூலமும், பட்டறிவின் மூலமும் அடக்கி ஆளுபவனையே உலகம் போற்றச் செய்யும்.

கலந்தறிவு(1) (Social Learning)

ஒரு பிள்ளையினது அறிவு வளர்ச்சியிலே ஒரு கிராமம் முழுவதுமே பங்கு பற்றும் என்பார்கள். சமூகத்தில் உள்ளவர்களை அவதானித்து பிள்ளைகள் பெரும் அளவு நடத்தைக்கு வேண்டிய தகவல்களைப் பெறுகின்றனர். இதனை அவதானக் கற்றல் எனவும் (observational learning) அழைப்பார்கள். பெற்றோர்கள் உடன் பிறப்புகள் உறவினர்கள் சமூகத்தவர், ஆசிரியர்கள் போன்ற பலர் பிள்ளைகளுக்க முன் மாதிரிகளாக (model) அமைகின்றனர். அவர்களிடம் உள்ள ஏதோ ஒன்று அல்லது எல்லாமே இன்னொருவர் பின்பற்றக் கூடியதாக அமைந்து விடுகின்றன. அவர்களிடமிருந்து பிள்ளைகள் நடத்தை மாற்றத்திற்கு வேண்டிய பல இயல்புகளைப் பெற்றுக் கொள்கின்றனர்.

தம்மிற் பெரியார் தமரா ஒழுகுதல்
வன்மையு ளெல்லாந் தலை.

குறள் - 444

(அறிவு ஆற்றல் ஆகியவற்றில் தம்மைக் காட்டிலும் சிறந்த பெரியவராய் இருப்பவரோடு உறவு கொண்டு அவர்வழி நடப்பது மிகப் பெரும் வலிமையாக அமையும்) மேற்படி குறள் அவதானக்கற்றலினை அற்புதமாக விளக்கும் நீதி நெறி. இங்கே நன்னடத்தை பற்றியே குறள் கூறுகிறது. ஆனால் தீய நடத்தை அவதானக்கற்றல் மூலம் ஒருவரில் நடத்தை மாற்றத்தினை ஏற்படுத்தலாம்.

இங்கே முக்கியமான நிபந்தனை ஒன்றினைப் பற்றி நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதனை மீள்வலியுறுத்தல் (Reinforcement) என்கிறோம். ஒருவரின் நடத்தை மாற்றத்தினுக்கு வழங்கப்படும் அங்கீகாரமாக இந்த மீள் வலியுறுத்தல் அமையலாம். குழந்தைகளில் செயல்கள் பல பெற்றோர்களை அல்லது உறவினர்களை அவதானித்து அவற்றினைப் பிரதி செய்தலாக அமையும் "எங்கே பாட்டாவைப் போல நட" எனக் குழந்தை ஒன்றினைக் கேட்டு அது செய்வதனை கண்டு எமது மகிழ்ச்சியைத் தெரிவிப்பது அதற்கு மீள்வலியுறுத்தலாகிறது.

பதிஞானம்- இயற்கை அறிவு (Nature)

பதிஞானம் என்பதையே நாம் இயற்கை அறிவு என்கிறோம். இதுவே பல்வேறு வகையான தவல்களை மனித மூளை செயல் படுத்தவும் மீட்டழைக்கவும் ஏதுவாகிறது. இதுநாள் வரை நாம் கண்ணில் காணாத ஒரு கட்டுரை தமிழில் இருக்குமாயின் உடனடியாக நாம் வாசித்து அதில் பொதிந்துள்ள விசயத்தைத தெரிந்து கொள்கிறோம். ஆனால் அது சிங்களத்தில் இருக்குமாயின் நம்மால் வாசிக்கவோ அல்லது இன்னொருவர் வாசிப்பதைப் புரிந்து கொள்ளவோ முடிவதில்லை. ஆகவே நாம் வாசித்து அதன் அர்த்தத்தினை விளங்கிக் கொள்வதற்குக் காரணமானவை பலவற்றினது சேர்க்கையேயாகும். சூத்திரதாரியான மூளை, தமிழினைக் கற்றமையால் பெற்ற கற்றறிவு, தமிழ் மொழியினை வாசிப்பதில் நாம் பெற்ற பட்டறிவு ஆகிய யாவும் ஒன்று சேர்வதாலேயே இது சாத்தியமாகிறது. மூளை பிறப்புரிமை அமைப்பின் கூறு. இது இயற்கை(Nature). அதனுடன் இணைந்து செயற்படுவது புலனுறுப்புகளைத் தூண்டும் சூழல். இதனை ஊட்டம் என்போம் (Nurture). இவை இரண்டுமே மனித நடத்தைக்குக் காரணமாகின்றன.

(அன்று பேரறிஞர் முருக வே.பரமநாதருக்கு அவரது 80வது வயது பிறந்ததையொட்டி வாழ்த்துக் கூறினேன். பேச்சுவாக்கில் சேர் திருமந்திரம் 741 பாடலைப் பாருங்கள் மனிதனுக்குப் பத்து அறிவு என்கிறது. என்றார் பார்த்தேன். சிந்தித்தேன். அப் பேரறிஞருக்கு நன்றி)

kanex@thaiveedu.com



மனவளக் கலை



திரு மகேசன்
mahesan@thaiveedu.com

இருக்கின்ற பிரச்சினைகள் போதாதென்று, மனவளக்கலை வேறோ என்று மண்டை-காய்ந்து பலனில்லை. வார்த்தைகள் ஆத்திரமாகி ஆறாகி ஓடுகிறது. இருக்கிற தலையிடிக்கெல்லாம் மனவளக்கலை மருந்திடுமா? என்று பட்டிமன்றம் வேறு. இவையெல்லாம் எப்படியோ தணிக்கை செய்யப்படாமல் வான் வழிச் செய்தியாக நம்மை வந்தடையத்தான் செய்கின்றன.

பிரச்சினைகள் தலைக்கு மேல் முட்டிமோதி நிற்பதால்தான் மூலை முடுக்கில் இடிபட்டு நிற்கின்றோம். தேவையற்ற விதண்டாவாதப் போக்கால்தான் உணர்ச்சியைக் கொட்டுகின்றது மனம். யாருக்கும் யாரும் உதவுவதாக காணவில்லை. பிச்சைவேண்டாம் நாயைப்பிடிங்கோ என்று பண்பாடு வளர்ந்து கொண்டே போகிறது.

உண்மை என்பது புறம்போக்கு நிலத்தில் பினாமியாக உட்கார்ந்து சிரிக்கிறது. வாயைத் திறந்தால், நாய், பரதேசி, பிச்சைக்காரன் என்ற வார்த்தைகள் சரளமாகப் பறக்கின்றன. சின்னப் பையன்கள் கூட வாயைத் திறந்தால் 'வெடி வைக்கவேண்டும் என்றுதான் எம் நெஞ்சில் வெடி வைக்கிறார்கள். சகோதர பாசம், தாய் - தந்தையர் பாசம் கடையில் கூட கிடைக்காது அருகிவரும் பாசப்பிணைப்புகளுக்கு அடிப்படைக்காரணம் என்னவென்று தெரியாமல் கண்களை கட்டுகிறது... இப்பவே கண்ணைக்கட்டுதே என்று வடிவேல் பாணியில் முழியவேண்டி இருக்கிறது.

ஆன்மீகம் கூட அறுத்துக்கொண்டோடுகின்றது. உண்டியலில் கைவைக்கக்கூட மனிதன் தயங்கவில்லை. சாமியாராட்டம் பலப்பல வடிவங்களில் தாண்டவக்கூத்தாடுகிறது. அந்தச்சாமி யார், இந்தச்சாமியார், Vibtation சாமியார், பிள்ளைவரம் கொடுக்கும் சாமியார், கடட்டிப்பிடி சாமியார் என்று கட்டம் கட்டி வியாபாரம் களைகட்டுகிறது. சினிமா போஸ்டர்களைவிட ஜக்கம்மா இந்திய சாத்திரிமாரின் போஸ்டர்கள் கடைக்குக்கடை கவர்ச்சிகரமாக கட்டப்பட்டிருக்கின்றது.

எங்கேயோ பிரச்சினை? எப்படிப் பிரச்சினை உருவெடுத்தது? யார் பிரச்சினைகளை உருவாக்கினார்கள்? யார் பிரச்சினையை முடித்துவைக்கப்போகின்றார்கள்? இவைதான் இன்று எம்மத்தியில் கேட்கப்படும் கேள்விகள். நாமே உருவாக்கிய பிரச்சினைகளுக்கு நாமேதான் சிந்தித்து முடிவு காணவேண்டும்.

வாழும் முறையானது வாழ்வின் நோக்கத்திற்கு முரண்பாடாக அமையும்போது துன்பம் வரும். இயற்கையாக கிடைக்கவேண்டிய இன்பத்தை நாமே கிடைக்காமல் செய்துவிடுகின்றோம். வாழ்க்கையையும், வாழ்க்கையின் நோக்கத்தையும் அந்நோக்கத்திற்கேற்ப வாழவேண்டிய வழிமுறையையும் அறிந்துகொள்வதே ஞானம். நாளாந்த நடைமுறைகளையும் அந்த நோக்கத்தை நோக்கியதாகவே நகர்த்த வேண்டும். இப்படியான பொறுப்புணர்ச்சி தானகவே வரவேண்டுமே தவிர தட்டிக்கொடுத்து வரவேண்டியதல்ல.

தவறுகள் செய்துவிட்டு தலையிலடித்துக் கொள்பவர்கள் நாங்கள். அந்த நேரத்தில் ஏதோ கண்ணை மறைத்துவிட்டது என்று நொண்டிச்சாட்டு வேறு. நான் கடவுள் திரைப்படத்தைவிட அபாரனமான வசனகர்த்தாவாகி நமது தவறுக்கு 'யாவும் கற்பனை' பாணியில் திரைக்கதை வடிப்பதில் நம்மைவிட கில்லாடிகள் யாருமில்லை. நாம் தவறுகள் செய்கிறோம். செய்த தவறுகளே துன்பமாக முளைக்கின்றன. இதை மிகத்தெளிவாக புரிந்துகொள்ளவேண்டும். இந்த அறிவு வந்தபின் இனித்துன்பம் வராமல் இருக்கவேண்டுமானால் இனியேனும் தவறுசெய்யாமல் இருக்க வேண்டுமென்ற மனநிலை தானாகவர வேண்டும். பொதுவாக நாம் செய்யும் தவறுகள் நமக்குத் தெரிவதில்லை. பெரும்பாலும் பழக்கத்தின் காரணமாகவே தவறுகள் செய்யப்படுகின்றன. மிகுதியே புலன். கவர்ச்சியாலே இருக்கும்போது சூழ்நிலை கவர்ச்சியிலேயே நிற்கும்போதும், பழக்கத்தின் அழுத்தத்தால் உந்தப்பட்டுச் செயலாற்றும் போதும் தவறுகள் கண்ணுக்குத் தெரிவதில்லை.

இதனால் தான் கவர்ச்சியில் சிக்குகின்றோம். சூழ்நிலைக் கவர்ச்சிக்கு ஆளாகின்றோம். மேலும் தவறிழைத்து துன்பத்துக்குள் சுழன்றடிக்கப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றோம். இதனால் வந்த வேலை, நம் பிறவிப்பயன் எல்லாவற்றையும் துறந்து வாயில் 'கொள்ளிக் கட்டையுடன்' வித்தைமூலம் ஆடித்திரிகின்றோம். இதனால் பேராசை, சினம் தறிகெட்டு ஓடுகின்றது. பஞ்சமா பாதகங்களுக்கு அஞ்சாத அஞ்சா நெஞ்சங்கள் ஆகின்றோம். கடவுளின் இடத்திலேயே களவெடுக்கும் துணிச்சல் வருகின்றது. இறைவனைப்பற்றிய எண்ணம் மறைந்து போகின்றது.

> "சாமியாராட்டம் பலப்பல வடிவங்களில் தாண்டவக்கூத்தாடுகின்றது. அந்தச்சாமி யார், இந்தச்சாமியார், Vibtation சாமியார், பிள்ளைவரம் கொடுக்கும் சாமியார், கடட்டிப்பிடி சாமியார் என்று கட்டம் கட்டி வியாபாரம் களைகட்டுகிறது. சினிமா போஸ்டர்களைவிட ஜக்கம்மா இந்திய சாத்திரிமாரின் போஸ்டர்கள் கடைக்குக்கடை கவர்ச்சிகரமாக கட்டப்பட்டிருக்கின்றது. நாம் சிந்திக்காதவரை நடந்துகொன்டேயிருக்கும்."

இந்நிலை மாறவேண்டுமானால் தகுந்த மனவளக் கலைப்பயிற்சியின்றி முடியாது. ஏனென்றால் தவறு செய்வது மனம். இனித் தவறு செய்யக்கூடாது என்று நினைப்பதும் மனம். சரியான வழியைக் காட்டவேண்டியதும் மனமே. மனதை பழைய நிலையிலேயே வைத்துக்கொண்டு புதிய வழியை எப்படி காணமுடியும். முடியாது. தொடர்ந்து செல்லவே முடியாது. மொத்தத்தில் ஏழரைச் சனியின் மீதும், குருப் பெயர்ச்சியின் மீதும் நம் கதையை திருப்பிவிட்டுவிட்டு நீதிபதி ஸ்தானத்தில் இருந்து மற்றவர்களுக்கு ஞானோபதேசம் செய்கின்றோம். சாத்தான் வேதம் ஓத முடியுமா?

மனதின் குறைகளை போக்கியாக வேண்டும். நல்வழியைத் திடமாக காத்திரமாக நிற்கும் சுயபலத்தை மனதிற்கு கிடைக்கச்செய்ய வேண்டும். இதை யார் செய்வது? மனம் தனக்குத் தானே வைத்தியம் செய்து கொள்ள வேண்டும். மனம் தன்னை உயர்த்திக் கொண்டால் அந்த இன்பம் தான் இடையறாத இன்பம். உள்ளமான மனத்தை உயர்த்துவதும் தாழ்த்துவதும் நம்மிடம்தான் இருக்கின்றது. மனம் தனது மூலமான உயிரில் ஒடுக்கிப் பின்னர் உயிரின் மூலமான இறைநிலையை எய்தினால் அது அறிவாகிறது. அந்நிலையைப் பெற்ற மனதினைக் கொண்டே மனிதன் தெய்வமாகின்றான். இந்த அற்புதத்தைத்தான் மனவளக் கலை சாதிக்கின்றது.

மனவளக் கலை வெறும் யோகம் மட்டுமல்ல. மனமாக இருப்பது எது எனத் தெரிந்து கொள்கின்றோம். நாம் எதனுடைய ஓர் அங்கமாக இருக்கின்றோமோ அந்த இயற்கையைப் பற்றி தெளிவான விளக்கம் நமக்கு நிறையவே தேவை. நாம் எந்தச் சமுதாயத்தில் இருந்து கொண்டு 'மியா' விட்டுக்கொண்டிருக்கின்றோமோ அந்த சமுதாயத்தைப்பற்றிய அறிவை பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

நமது சமுதாயமாவது கத்தரிக்காயாவது என்று மனம் கோணத்தான் எத்தனையோ நமது அறிவாளிகள் Out of city களுக்கு தலைதெறிக்க ஓடி ஒழிந்துவிட்டார்கள். நாம் 'அரைவாளிகளுக்கும் மத்தியில் தள்ளாடிக்கொண்டிருக்கின்றோம். ஆய்வாளர்கள் என்று செல்லும் அறிவிலிகளுக்கு மத்தியில் அவர்களோடு குப்பை கொட்டிக் கொண்டிருக்கின்றோம். என்ன செய்வது அதற்கும் காலம் செய்த கோலம் என்று காலத்தின்மீது சுலபமாக பழியைப் போட்டு விடுவோம்.

மனம், இயற்கை, சமுதாயம் என்ற மூன்று கோடுகளுக்குள் முக்கோணத்திற்குள் தானே நாம் வாழ்க்கையை ஓட்ட வேண்டும். இயற்கையோ மாற்றப்பட முடியாதது. அதனை மனம் அறிந்து மதிக்கும் அளவில்தான் மனத்திற்கு உயர்வு கிடைக்கும். சமுதாயமோ இயற்கையை ஒட்டிய சில விதிமுறைகளுக்கு ஏற்பவே அமைந்துள்ளது. சமுதாய வளத்தையும், சமுதாய ஒழுங்கையும் பாதுகாத்து இன்பத்தை அள்ளிப்பருகும் பக்குவத்தை மனம் பெறவேண்டும். இதையெல்லாம் விட முக்கியமாக மனம் தன்னையே நன்கு பூரணமாக அறிந்து கொண்டாக வேண்டும். சமுதாய வளத்தையும், சமுதாய ஒழுங்கையும் பாதுகாக்க 'கல் ஒழுங்கைக் குள்ளால்' போய்க்கொண்டிருக்கும் நாம் என்ன செய்ய முடியும். எல்லாமே மனத்திற்குத்தான் இருக்கின்றன. மனத்திற்குள் இருந்துதான் வரவேண்டும். மனத்தின் மகத்துவத்தை உணராதவர்களை அறிவில்லாதவர்கள் என்றே பண்பாக அழைப்போம். அவர்கள் செய்வதெல்லாம் என்ன? அவர்கள் தனக்கும், சமுதாயத்திற்கும் துன்பம் விசாரித்துக்கொண்டுதான் இருப்பார்கள். இன்பமும் அமைதியும் மனத்திற்குள்ளிருந்துதான் வரவேண்டும். இவற்றை எல்லாம் 'Dollar Shop' இலா விற்க முடியும். இதைவிட்டு மனத்தை அறியாமல் எங்கே அலைகின்றான் ஞானத்தங்கமே. தேடி அலைவது மட்டுமல்ல தேடி அலைந்து மற்றவர்களையும் துன்பப்படுத்தி தானும் துன்பப்படுவான். நாளாந்தம் இதுதானே நடந்துகொண்டிருக்கின்றது. வினை விதைத்தால் வினை தானே வரும். தினையை எப்படி எதிர்பார்க்க முடியும்.

நாம் மனந்தான் மனிதன். மனிதன்தான் மனம்.

'உள்ளத்துன் உள்ளே உளபல தீர்த்தம் மெள்ளக் குடைந்துநின் ஆடார் வினைகெடப் பள்ளம் மேடும் பறந்து திரிவரே கள்ளமனமுடைக் கல்வியல் லாதோ' என்று மிக ஆழமாக திருமந்திரத்தில் கூறப்படுகின்றது.

மனத்தின் தன்மை எதுவோ அதுவே மனிதனின் தன்மை. மனத்தின் மாண்பு எதுவோ அதுதான் மனிதனின் மாண்பு. மனத்தின் உயர்வு எதுவோ அதுதான் மனிதனின் உயர்வு. ஆகவே எங்களுடைய மனத்தை எவ்வளவுக் எவ்வளவு உயர்த்திக் கொள்கின்றோமோ, ஸ்திரப்படுத்திக் கொள்கின்றோமோ நெறிப்படுத்திக் கொள்கின்றோமோ அந்த அளவில்தான் மனிதனுடைய வாழ்வும்.

மதிப்பும், வெற்றியும், வளங்களும் அமையும். ஆகவே மனத்தை வளப்படுத்த வேண்டியது நமக்கு மிகமிக அவசியம். இதை வாசிக்கும் போது மனந்தான் அலைபாய்ந்துகொண்டிருக்கின்றதே அதை அலைபாய்வதை நிறுத்திவிட்டால் நன்றாக இருக்குமே என்று எண்ணம். ஆனால் அது நிற்கவேண்டுமே. அடுத்தவனின் வீட்டைப் பார்த்தால் நமக்கு அதைவிடப் பெரியவீடு மனத்தில் வருகின்றது. அடுத்தவனின் Toyotaவை பார்த்தால் நமக்கு B M W மனதில் வருகின்றது.

அடங்கு என்றால் அடங்க மறுக்கிறதே. அது முன்பை விட வேகமாக ஓடத் தொடங்கும். மனத்தை அடக்க நினைத்தால் அது அலையும் மனத்தை அறிய நினைத்தால் அடங்கும். மனத்தின் அமைதி வேண்டுமானால் மனத்தாலன்றி மனத்தை நிலைநிறுத்திவிட முடியாது. இதுவரை நான் கூறியதை பின்னணியாகக் கொண்டு பார்க்கும் போது மனத்திற்கு ஒரு பயிற்சி தேவை என்பது உங்களுக்குப் புரிகிறதல்லவா? அதற்கான இலகுவான விதிமுறையே மனவளக் கலையாகும்.

thiru@thaiveedu.com

■ ■ ■

இலங்கையில் இனப்பிரச்சனை இல்லை



இன்று உலகம் முழுவதும் ஸ்ரீலங்காவில் நடைபெறும் மனிதப்படுகொலைகள் பற்றிப் பேசி வருகிறது, வேண்டுகோள்களை விடுக்கின்றது, தீர்வினைக் கூறுகின்றது. இவ்வாறு கூறுவோர் இலங்கையின் வரலாற்றையும், அங்கு வாழும் இனங்களின் வாழ்வியல் வேறுபாட்டையும், குறிப்பாக சிங்களத்தின் உளவியலையும் புரிந்துகொண்டு செயற்படுவது நன்று.

இலங்கைக்கு மிகச்சிறந்த சனநாயக அரச முறையை, அதற்குரிய அரசியல் அமைப்பைத் தயாரித்துக் கொடுத்துள்ளோம் என்ற மிகப்பெரும் நம்பிக்கையுடன் பிரித்தானியப் பிரதிநிதி சோல்பெரி அவர்கள் தமிழ் மக்களின் (50:50) சம உரிமைக்கான வேண்டுகோளைப் புறம்தள்ளி 1948ல் இலங்கைக்குச் சுதந்திரம் கொடுத்துச் சென்றார்.

இலங்கையின் வரலாற்றையும், மக்களின் வாழ்வியல் வேறுபாட்டையும், சிங்களத்தின் உளவியலையும் கவனிக்கத்தவறிய அத்தீர்வுத்திட்டத்தால் கடந்த 60 வருடகாலத்தில் 26 ஆண்டுகள் 'அவசரகால நிலமையின் கீழ் ஆட்சி நடைபெறுவதும், ஒரு இலட்சத்திற்கு மேற்பட்ட தமிழர்கள் கொல்லப்பட்டதும், 8 இலட்சம் தமிழர் அகதிகளாக நாட்டை விட்டு வெளியேறியதும். 1956 - 1983ற்கு இடைப்பட்ட காலத்தில் பெரும் அளவிலான தமிழின அழிப்புக்கள் 5 தடவைகள் நிகழ்ந்ததும் இன்று நாளாந்தம் நூற்றுக்கணக்கானோர் கொல்லப்படுவது, காயப்படுவது, பெண்கள் பாலியல் வன்செயல்களுக்கு ஆளாவது போன்ற இன்னோரென்ன பல... ஒரு புறமும்,

தமிழ் இனத்தை மேலும் சிறுபான்மையாக்கி அதன் குரலை அடக்கியொடுக்கத் தமிழ்ப் பிரதேசங்களில் சிங்களக்குடியேற்றத்தினை முன்னெடுத்துத் தமிழர் தாயகத்தை ஐந்து துண்டுகளாக்க இன்னோர் புறத்தில் நடவடிக்கையும், அரசியல் அமைப்புக்கு முரணாகத் தமிழர்களை இரண்டாம் தர குடிமக்களாக்கும் சட்டங்களை இயற்றல் இன்னொரு புறமும் இடம்பெற்றது.

அதாவது 1948ஆம் ஆண்டு சோல்பரிப் பிரபுவினால் இயற்றப்பட்ட இலங்கைக்கான அரசமைப்பு விதிகளில் 29ஆம் பிரிவு இலங்கைப் பாராளுமன்றத்திற்கு நாட்டிற்கான சட்டங்களை இயற்றும் அதிகாரங்களை வழங்கும் அதேவேளை 29(2) ஆம் பிரிவுக்கமையவே சட்டங்களை இயற்றுதல் வேண்டும் என வரையறுத்துக் கூறியுள்ளது.

29ஆம் விதியானது,

29(1) இத்தீவின் அமைதிக்கும் ஒழுங்குக்கும் நல்லாட்சிக்குமாகப் பாராளுமன்றமானது, இந்தக் கட்டளைகளின் ஏற்பாடுகளுக்கு அமையச் சட்டங்களை இயற்றும் அதிகாரத்தைக் கொண்டுள்ளது.

29(2) இச்சட்டங்கள் எதுவும்,
(அ) எந்த மதத்தைக் கடைப்பிடிப்பதைக் கட்டுப்படுத்தவும் தடைசெய்யவும் கூடாது.

(ஆ) ஏனைய சமூகங்களையோ, மதங்களையோ சார்ந்தவர்கள் உட்படுத்தப்படாத கட்டுப்பாடுகளையும், குறைபாடுகளையும் ஏதாவது ஒரு சமூகத்தையோ, மதத்தையோ சார்ந்தவர்கள் உட்படுத்தப்படக் கூடாது.

(இ) ஏனைய சமூகங்களுக்கோ, மதங்களுக்கோ வழங்கப்படாத முன்னுரிமைகளையும் சிறப்புக்களையும் ஏதும் ஒரு சமூகத்திற்கோ, மதத்திற்கோ வழங்கக்கூடாது.

(ஈ) எந்த மத நிறுவனத்தின் அமைப்பு விதிகளையும் அந்த நிறுவனத்தின் ஆட்சி அதிகாரத்தின் ஒப்புதல் இன்றி மாற்றக்கூடாது. எனவே, இப்படி இருப்பினும் சட்டத்தின்மூலம் இணைந்தமைக்கப்பட்ட மத நிறுவனமாயின் அந்த நிறுவனத்தின் ஆட்சி அதிகாரத்தின் வேண்டுதலின் பெயரில் அன்றி எவ்வித மாற்றமும் செய்யக்கூடாது.

29 (3) இந்தப்பகுதியின் 2ஆம் விதியின் ஏற்பாடுகளுக்கு முரண்பாடுடைய எந்தச் சட்டமும் முரண்பாடு அடைகின்ற அளவு எல்லை வரை செல்லுபடியாகாது.

மேற்கூறிய அரசியல் யாப்பின் விதிகள் தமிழர்களது மொழி, மத, பண்பாட்டுக்கு எதிரான சட்டங்கள் இயற்றுவதை தடைசெய்கிறது.

எனவே 1948ஆம் ஆண்டு முதல் தமிழர்களுக்கெதிராக இயற்றப்பட்ட சட்டங்கள் எல்லாம் அரசியல் அமைப்புக்கு முரணானவை செல்லுபடியாகாதவை. இப்படி இருந்தபோதும் சிங்கள அரசு தமிழ் பேசும் இனத்திற்கு எதிராகச்சட்டம் இயற்றித் தனது ஆட்சி அதிகாரத்தினால் நடைமுறைப்படுத்தி வந்தது.

இந்தச் சட்டவிரோதச் செயலில் இருந்து தப்பித்துக் கொள்ள 1972ல் மேற்கூறிய அரசியல் யாப்பையே அகற்றியதன் மூலம் சட்டத்தின் போர்வையையும், சனநாயகத்தின் போர்வையையும் போர்த்துக்கொண்டு, மேலும் இன அடக்குமுறையையும் அழிப்பு முறையையும் (Genocide) இன்றுவரை செய்து வருவது மேலும் ஒரு புறமும் நடைபெற்றுக் கொண்டு இருக்கிறது.

> "பிரித்தானியாவில் இருந்து இலங்கை முழுமையாகத் தன்னை விடுவித்து குடியரசாகும்போது சிங்கள, தமிழ்மொழி பேசும் இனங்களுக்கு ஏற்புடைய அரசியல் முறைமை ஆக்கப்படுகின்றதா? அவற்றை இரு இனங்களும் குறிப்பாகத் தமிழினம் ஏற்றுக்கொண்டுள்ளதா என்பதை கவனித்துச் செயற்பட பிரித்தானியா தவறிவிட்டது."

இத்தகைய பல இன அழிப்பு நிகழ்வுகளை இலங்கைத்தீவில் சனநாயக அரசு என்ற போர்வையில் சர்வதேசத்தின் ஆதரவுடன் இன்றுவரை சிங்களம் நிறைவேற்றவும் இலங்கைத்தீவில் சுதந்திரமான நாட்டையும் அரசையும் கொண்டிருந்த தமிழினம் நிரந்தரமாக ஆளப்படும் இனமாகவும், சிங்களம் ஆளும் இனமாகவும் மாறக்கூடியதாகவும் பிரித்தானியா தந்த அரசியல் அமைப்புமுறை இருந்துள்ளது என்பதுடன் அதுவே இன்றைய சிக்கலுக்கு அடிப்படையாக அமைந்துள்ளது என்பதனையும் இன்றைய உலகப் பிரதிநிதிகள் அறிந்து கொள்ளவேண்டும்.

உலகம் அறிந்துகொள்ள வேண்டிய இன்னோர் பக்கமும் உண்டு. 1948ல் பத்து இலட்சம் இந்திய வம்சாவழியினரின் வாக்குரிமையைப் பறித்தது. 1956ல் தனிச்சிங்களச்சட்டம், 1972ல் குடியரசு (புதிய அரசியல் யாப்பு) போன்ற அரசியல் யாப்பிற்குப் புறம்பான சட்டங்களை இயற்றும் வல்லமையும், தன்மையும் கொண்டது சிங்கள அரசு, என்பதனையும் மனதிற் கொள்ளல் வேண்டும்.

சிங்களத்தின் மேற்கூறிய சகல நடவடிக்கைகளின் போதெல்லாம் தமிழர் பிரதிநிதிகள் சனநாயக வழியில் நடத்திய போராட்டங்கள், பேச்சுவார்த்தைகள், ஒப்பந்தங்கள் எல்லாம் எதுவித பயனும் அழிக்காத நிலையில் தமிழர தலைவர்கள் பின்வரும் நடவடிக்கையை மேற்கொண்டனர்.

1970 ஆனிமாதம் சிங்களவர் கொழும்பு நவரங்காலில் கூடியது போன்று, 1977 வைகாசி மாதம் தமிழர் வட்டுக்கோட்டையில் கூடி எடுத்த தீர்மானத்திற்கு அமைவாகத் 'தமிழீழத் தனி அரசை' அமைக்க 1977ல் தமிழ்மக்களிடம் பொதுத்தேர்தலின் மூலம் வாக்குக்கேட்டு, 90 சதவீதத்திற்கு மேற்பட்ட ஆதரவைப் பெற்று 'தமிழீழ அரசை' அமைப்பதற்காக மக்களின் ஆணையைப் பெற்றனர்.

இப்பிரகடனத்தில் தமிழீழக்குடியரசு, தமிழீழ நிலப்பரப்பு, தமிழீழக்குடிகள் என்பன சுட்டிக் காட்டப்பட்டு இருந்தன என்பது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியது.

மக்களின் இச்சனநாயத்தீர்வின் அடிப்படையிலேயே ஆயுதப்போராட்டம் தொடங்கியது. இன்று தமிழ்மக்களின் பிரதிநிதிகளாக தமிழீழ விடுதலைப்புலிகளையும் அதன் தலைவர் வே. பிரபாகரன் அவர்களையும் தாம் ஏற்றுள்ளதை பலமுறை உலகிற்கு ஈழத்தமிழ் மக்கள் காட்டியுள்ளனர், இருப்பினும் குறிப்பாக 2004 சித்திரை மாதம் நடைபெற்ற பொதுத் தேர்தலில் இதனைத் தமிழர்கூட்டணியினர் தமது தேர்தல் விஞ்ஞாபனத்தில் வைத்து தமிழ்மக்களின் ஆணைக்கு விட்டனர் அதிலும் 90 வீதத்திற்கு மேற்பட்ட தமிழர்களின் ஆதரவைப் பெற்றுக்கொண்டனர்.

எனவே சனநாயகத்தை மதிக்கும் மேற்குலகம் 1977ல் தமிழீழத்திற்காகத் தமிழர்கள் சனநாயக வழியில் தெரிவித்த தமது உடன்பாட்டையும், 2004ல் அதன் அரசாக விடுதலைப்புலிகளையும், தலைவராக தேசியத்தலைவர் மேதகு வே. பிரபாகரனையும் ஏற்றுக்கொண்டுள்ளதை விளங்கிக் கொள்ளல் அவசியமாகிறது.

இலங்கை இனப்பிரச்சனைக்கான தீர்வுத்திட்டத்தை நோக்கும் எவரும் இலங்கையில் இரண்டு நாடு, இரண்டு அரசு இருந்தன என்பதையும்,

தமிழீழ அரசின் தலைமைப் பொறுப்பிற்கு விடுதலைப்புலிகள் சனநாயக வழியில் தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளனர் என்பதையும்,

1977லும், 2004லும் தமிழ் மக்கள் சனநாயக வழியில் தெரிவித்த தமது ஆணையைப் புறந்தள்ளிவிட்டு ஆராய்வதோ, முன்னெடுப்பதோ சனநாயகத்திற்கு புறம்பானது என்பதுடன் அவை ஒருபோதும் நிரந்தரத்தீர்வைத் தராது என்பதையும் புரிந்து கொள்ளல் வேண்டும்.

ஈழத்தமிழர் இறைமைக்கான போராட்டம் இன்று சர்வதேச மயமாகிவிட்ட நிலையில் எமது மக்களின் சனநாயக வழித்தீர்மானத்தை (1977லும், 2004லும் மக்கள் அளித்த தீர்ப்பை) உலகிற்குப் பிரகடனப்படுத்தும் பொறுப்பு தமிழர்களிடம் உண்டு.

இலங்கைத்தீவில் கடந்த 60 வருடத்தில் இலட்சத்திற்கு மேற்பட்ட தமிழர்கள்கொலை செய்யப்பட்டமை, பல ஆயிரக்கணக்கான வீடுகள், சொத்துக்கள் அழிக்கபட்டமை, பல ஆயிரக்கணக்கான பெண்கள் பாலியல் வன்செயலிற்கு ஆளாக்கப்பட்டமை போன்ற பலவகைப்பட்ட இன அழிப்புகளுக்கு (Genocide) எதிராக எவரையும் தண்டிக்காத ஒரு அரசு, தொடர்ந்து இவ்வாறான இன அழிப்பை செய்துவரும் இனவாத ஸ்ரீலங்கா அரசு எவ்வாறு தமிழ்மக்களையும் தமது குடிமக்களாகப் பார்க்கும்? அவ்வாறான பார்வை இருந்திருப்பின் மலையகத்தமிழர்களின் குடியுரிமையைப் பறித்தது முதற் கொண்டு அரசியல் யாப்புக்கு முரணாகத் தமிழ் இனத்திற்கு எதிரான பல சட்டங்களை எவ்வாறு இயற்றும்?

1970 - 1972ல் குடியரசுக்கான யாப்பை எழுதும் போது தமிழர் பிரதிநிதிகள் கொடுத்த ஒரு திருத்தத்தைத் தானும் ஏற்கவில்லையே!

சிங்களத்தின் வெறும் வார்த்தைகள் தமிழர் வாழ்வியலைத் தராது என்பதை உணர்ந்ததோடு இன அழிப்பை தடுத்து நிறுத்தவே தமிழர் ஆயுதப்போராட்டத்தைத் தொடர்ந்தனர். இதனை வன்முறை என்று பார்க்கும் உலக நாடுகள் சிங்கள அரசு தமிழினத்தின் மீது இன்றுவரை மேற்கொண்டுள்ள சகல இன அழிப்பு நடவடிக்கைகளையும் எவ்வாறு பார்க்கிறது?

உலகநாடுகள் கூறுவது போல் ஸ்ரீலங்கா 1972ல் தன்னைக் குடியரசாக மாற்றிக்கொண்ட ஒரு சனநாயக நாடு, அதை ஈழத்தமிழர்களும் ஏற்றுக்கொள்கிறார்கள்.

அதேபோன்று 1977ல் தமிழர்கள் தமிழீழ அரசுக்கான ஆணையைப் பெற்று, தமிழீழ அரசைப் பெற்றுவிட்டார்கள். அதனைச் சிங்களமும் ஏற்றுக்கொள்வதே அமைதிக்கான தீர்வு ஆகும்.

எனவே இன்றைய சிக்கல் இனப்பிரச்சனை அல்ல என்பதையும் தமிழீழ நாட்டை ஸ்ரீலங்கா இராணுவம் ஆக்கிரமித்து நிற்பது தான் என்ற நிலையையும். இலங்கைத் தீவில் நிரந்தர அமைதி ஏற்பட ஸ்ரீலங்கா இராணுவம் தமிழீழ பகுதியைவிட்டு வெளியேறுவதே சிறந்தவழி என்பதையும், இலங்கைத்தீவின் வரலாற்றை உலகம் நன்கு அறிந்துகொண்டால் ஏற்றுக்கொள்ளும்.

சுருங்கக்கூறின் இன்றைய தமிழர் நிலை - 'இலங்கைத்தீவில் வாழுகின்ற தமிழ்நாட்டினத்தின் இறைமை அவர்களுடையதாயுள்ளது. எனினும் அந்த இறைமையைப் பயன்படுத்தும் ஆட்சியுரிமை அவர்களுடையதாகவில்லை இது புதுமை. தமிழரது ஆட்சியுரிமையைச் சிங்கள அரசு இராணுவ அடக்குமுறை மூலம் எடுத்துக்கொண்டு இன அழிப்பில் ஈடுபட்டுள்ளது இதனை நிறுத்தி - நிரந்தரத்தீர்வுக்கு உலகநாடுகள் வழிவகுக்க வேண்டும்.

தொன்மை மிக்க தனித்துவமான இனமான தமிழ் இனத்தின் பாரம்பரிய நிலத்தை, மொழியை, பண்பாட்டை, வாழ்வியல் முறையை கடந்த 60 ஆண்டுகளுக்கு மேலாகத் திட்டமிட்டு அழித்து, ஒடுக்கி வருகிறது சிங்களம். இத்தகைய செய்கையினை 1948ம் ஆண்டு ஐ.நா. சபையையானது (1948 United Nations Convention on the prevention and punishment of the crime of genocide (cppcg) article 2) இனப் இனப்படுகொலை என வரையறை செய்துள்ளதைக் கவனத்திற் கொள்ளவேண்டியது முக்கியவிடையமாகும்.

குறிப்பாக இலங்கையில் உள்ள தமிழ், சிங்கள நாட்டவர்களுக்கான அரசியல் முறைமையை வழங்கிச் சென்ற பிரித்தானியா, 1972ல் பிரித்தானியாவில் இருந்து தன்னிச்சையாக இலங்கை முழுமையாகத் தன்னை விடுவித்து குடியரசாகும்போது சிங்கள, தமிழ்மொழி பேசும் இனங்களுக்கு ஏற்புடைய அரசியல் முறைமை ஆக்கப்படுகின்றதா? அவற்றை இரு இனங்களும் குறிப்பாகத் தமிழினம் ஏற்றுக்கொண்டுள்ளதா என்பதை கவனித்துச் செயற்பட பிரித்தானியா தவறிவிட்டது. எனவே இன்றைய துயர் நிலையைப் போக்க பிரித்தானியாவுக்குத் தார்மீக கடப்பாடு உண்டு. செயற்படுவார்களா?

thiru@thaiveedu.com



சாப்பிடும் முறையும் சாப்பாடும்



விருந்துபசாரங்களுக்கும், ஒன்றுகூடல்களுக்கும் நேரகாலம் தான் இந்த நாடுகளில் ஏது? பெரிய பதவிகளில் இருக்கும்போதும், பலதரப்பட்ட பிரபல்யமான வேலைகளில் ஒரு அங்கத்தவராக, சமூகத்தில் மதிக்கப்படுபவராக இருக்கும்போதும், நம் இனத்தவர் தவிர பிற இனத்தவர்களிடமிருந்தும், கூட்டங்கள், விழாக்கள், விருந்துபசார வைபவங்கள் பற்றிய அழைப்புகள் பலருக்கும், பலதரப்பட்டவரிடம் மற்றும் நிறுவனங்கள், வங்கிகள் போன்ற இடங்களில் இருந்தும் வந்துகொண்டே இருக்கும். அந்த அழைப்புக்களை ஏற்று விருந்துக்குப் போகாவிட்டால், அது மரியாதையாக இருக்காது, பலதரப்பட்ட நாட்டு மக்களும் இம்மாதிரி விருந்துபசாரங்களில் கலந்து கொள்ளும்போது, அதில் உணவு மேஜை மரியாதை கருதி செய்ய வேண்டியவை, மற்றும் செய்யத் தகாதவை என்பது பற்றி ஒரு பட்டியலே இருக்கிறது.

இங்கிலீஷ் காரர்கள் என்று சொல்வார்களே, அவர்கள், table manners என்பதின் சரியான அர்த்தமும், மரியாதையும் ஏற்று மற்றவர்களை முறையாக கௌரவிப்பவர்கள் என்பதை நாம் ஒத்துக் கொள்ளத்தான் வேண்டும்.

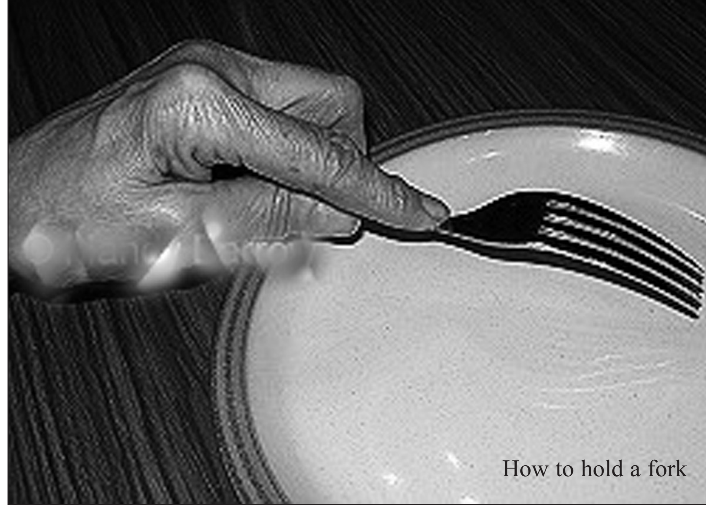
ஏன், என்னைக்கூட எடுத்துக் கொண்டால், சாப்பாட்டு மேசையில் முறையாக எது எது எங்கே இருக்க வேண்டும், நாம் எப்படி விருந்துபசாரங்களில் நமக்கு அழைப்பு விடுத்தவரை கௌரவிப்பது என்பது பற்றி இன்று தான், இந்தக் கட்டுரையை எழுதுவதன் மூலம் தெரிந்து கொள்ளப் போகிறேன் என்பதைச் சொல்லிக் கொள்கிறேன். அல்லது கத்தி எந்தக் கையில், முட்கரண்டி எந்த விரலில் என்று இதுவரை யார் கண்டார்கள்? நான் இப்படியான விருந்துகளுக்குப் போனதில்லை என்பதைவிட, காய்கறி உட்கொள்ளும் ஒருவருக்கு, இந்த ஆயுதங்களின் அவசியம் தான் என்ன என்ற ஒரு அலட்சியமும் காரணமாக இருந்திருக்கலாம்.

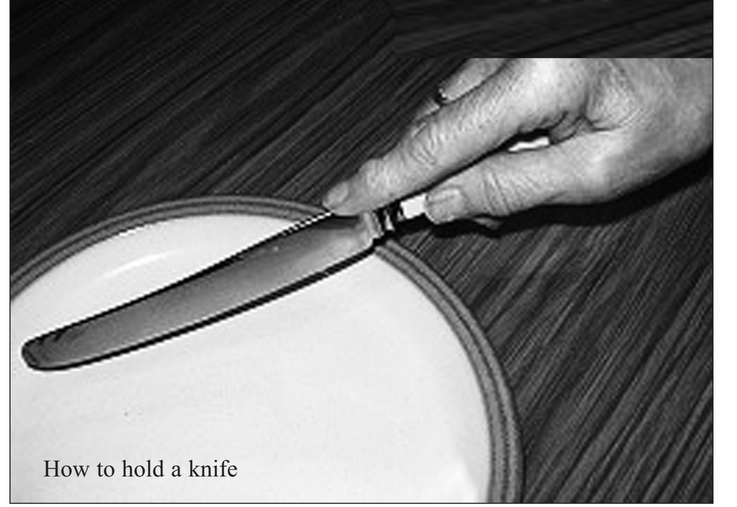
நாமிருக்கும் நாடு அமெரிக்காவுக்கு ரொம்பப் பக்கம் என்பதால், பொதுவில் அமெரிக்கரின் table manners என்பதையே கொஞ்சம் எடுத்து ஆராயலாம்.

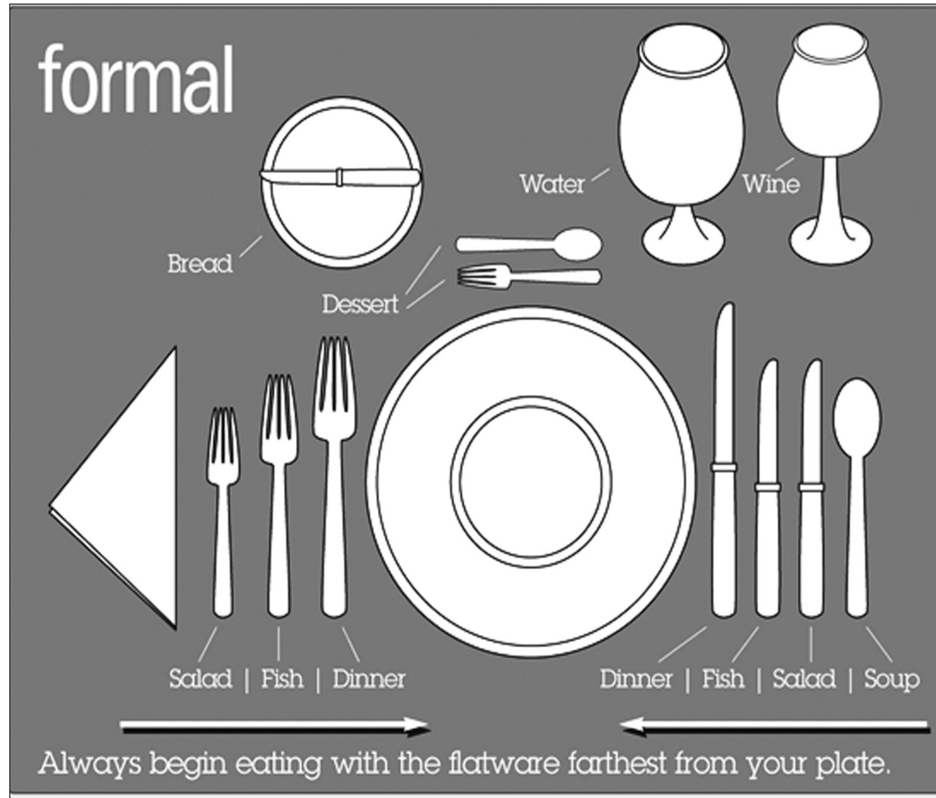
ஆனால் அமெரிக்கரின் சாப்பாட்டு மேஜைப் பழக்கவழக்கங்கள் மிகவும் தராதரம் குறைந்தவை என்று சொல்லப் படுகின்றன. இக் கட்டுரையில் பொதுவில், table manners என்றால் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை மட்டும் பார்ப்போம். இந்த அடிப்படை முறைகளைப் பின்பற்றினாலே, மற்றவர் பார்வையில் நம்மை நாமே இம்மாதிரி விருந்துபசாரங்களில் தாழ்த்திக் கொள்ள வேண்டிய அவசியம் இருக்காது.

சரி, ஒரு ஆணும், பெண்ணும் தனியே ஒரு உணவுச்சாலைக்கு, உதாரணமாக "ரெட் லொப்ஸ்டர்" போன்ற ஒரு இடத்திற்குச் சாப்பிடப் போகிறார்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அங்கு விருந்தினர்களை வரவேற்பவர்கள் சமயத்தில் அந்தப் பெண் உட்கார வசதியாக நாற்காலியை இழுத்துப் போடுவார்கள். இல்லையேல், நீங்கள் (ஆண்), அட எனக்கென்ன வந்தது என்று தன்பாட்டில் போய் உட்கார்ந்து கொள்ளல் அழகல்ல. உங்களுடன் வந்த பெண்ணிற்கு இருக்கும் வழிசெய்து அதன்பின்பே உங்கள் இருக்கையில் அமர வேண்டும்.

ஒரு ஆண், ஒரு பெண் ஒவ்வொரு முறையும் தன் இருக்கையை விட்டு எழுந்துபோகும் போதும், திரும்பி வரும்போதும், எழுந்து நின்று மரியாதை செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை. இது நீங்கள் விருந்துக்கு ஒருவரைக் கூப்பிட்டிருந்தால். ஆனால், நீங்கள் விருந்தினராக ஒரு இடத்திற்குப் போயிருந்தால், உங்களைக் கூப்பிட்டவர் தனது இருக்கையில் அமரும் வரையில் நீங்கள் உங்கள் இடத்தைக் கப்பெனப் பிடிக்கக் கூடாது.


How to hold a fork


How to hold a knife



இருப்பது, சாப்பிடுவது, எடுத்த கைத்துண்டைச் சாப்பாட்டின் பின் மேசையில் போடுவது, மேசையை விட்டு எழுவது, பின்னர் அந்த இடத்தை விட்டு அகல்வது என்பதுவரை, உங்களை விருந்துக்கு அழைத்தவர் செய்யும் வரை நீங்களாக முந்திக்கொண்டு செய்யாதீர்கள். இந்த விருந்துபசாரம் யார் தயவில் நடக்கின்றது என்பதைச் சற்று நினைவில் கொண்டு, அவரைக் கௌரவிக்கும் முகமாக நீங்கள் இவற்றைப் பின்பற்றினால், உங்கள் மேல் அவருக்குள்ள மரியாதை இன்னும் உயரும்.

சரி, மேசையைச் சுற்றி பலபேருடன் உட்கார்ந்தாயிற்றா? இப்போது மேசையில் உள்ள எந்தப் பொருள் யாருக்குச் சொந்தம் என்று பார்க்கலாம். நிச்சயமாய், நாம் சென்ற விருந்துகளில், நாம் நம் அக்கம் பக்கங்களில் அமர்ந்திருக்கும் நபர்களின் முட்கரண்டிகள், தம்ளர்கள், தட்டு ஆகியவற்றை கட்டாயம் சமயத்தில் பாவித்திருப்போம். எவ்வளவு வெட்கக்கேடான விடயம் அது! ஆகவே உங்களுக்கான சொந்தப் பொருட்கள் அந்த மேசையில் எங்கெங்கே இருக்க வேண்டும் என்பதை ஒருமுறை உறுதிசெய்து விடலாம்.

நீங்கள் சாப்பிடும் உணவுத் தட்டு உங்கள் முன்னால் இருக்கும். கத்தி, கரண்டி, வகையறாக்கள் உங்கள் தட்டின் வலது புறத்தில் இருக்கும். முட்கரண்டி, napkins போன்றவை இடப்புறம் இருக்கும். குடிக்கும் தண்ணீர் தம்ளர் மற்றும் பானங்கள் அருந்தும் கோப்பைகளும் வலதுபுறம் இருக்கும். உங்கள் bread place மற்றும் salad plates உங்கள் தட்டின் இடப்புறம் இருக்கும். (சிலவேளைகளில் நிறைய கத்திகள், கரண்டிகள் இருக்கும், விருந்துகளின் பரிமாறப்படும் உணவின் தன்மையைப் பொறுத்து). ஆனாலும், எந்த ஆயுதம் எதற்கு என்பதைக் கண்டு பிடிப்பது அப்படியொன்றும் இமாலய இரகசியமில்லை. சிலவேளைகளில் bread கத்தி ஒன்று கொடுக்கப் பட்டிருக்கும். அதை bread plateஇன் மேல் குறுக்காக, பிடி வலதுபக்கம் பார்த்து இருக்குமாற்போல் வைத்துவிட்டால், தீர்ந்தது தலைவலி. இதைவிடவும் மேற்படி விருந்து "மெனு" கருதி தேவைகள் இருந்தால், போதிய உணவு உபகரணங்கள் மேசையில் இன்னோர் தட்டில் வைக்கப்படும். அதையும் உங்கள் உரிமை என்று உடனே எடுத்து உங்கள் அருகில் வைத்துவிடாதீர்கள், தேவை இருந்தாலே ஒழிய.

விருந்து கொடுப்பவர் நீங்களாக இருந்தால், இவற்றை மனதில் இருத்திக் கொள்ளுங்கள். Salad, சாப்பாடு, wine, தண்ணீர் இவைகௌெல்லாம் விருந்தில் மேஜையைச் சுற்றி இருப்பவர்களின் வலது பக்கத்தில் தொடங்கி இடதுபுறமாகப் பறிமாறப்பட வேண்டும். இதனால் வலது பக்கம் உட்கார்ந்திருக்கும் கண்ணாடித் தம்ளர்களுக்கு எந்தப் பங்கமும் ஏற்படாதல்லவா?

Saladஇற்காகக் கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் முட்கரண்டியானது, முக்கிய உணவின் முட்கரண்டியை விட்டுக் கொஞ்சம் தள்ளி வைக்கப் பட்டிருக்கும். அதுபோல் சூப்பிற்காகக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் கரண்டியானது வலப்புறத்தில் நம் தட்டைவிட்டுத் தள்ளி வைக்கப் பட்டிருக்கும். சின்ன முட்கரண்டி, dessert கரண்டி மற்றும் தேநீர் கலக்கும் கரண்டி போன்றவை நாம் சாப்பிடும் தட்டின்மேல் முதலிலேயே குறுக்காக வைக்கப் பட்டிருக்கும் அல்லது அந்த மாதிரி உணவுப் பதார்த்தங்கள் பரிமாறப்படும்போது, அவற்றுடனேயே எடுத்து வந்து தரப்படும்.

விருந்து கொடுப்பவர், விருந்தினர்கள் பாவிக்க துணியால் செய்த napkinளைக் கொடுப்பது தான் சிறந்தது. தப்பித் தவறிக் காகிதத்தில் செய்த napkin உங்கள் கையில் வந்து சேர்ந்தாலும், அதை உருட்டி விளையாடி மற்றும் கிழித்தும் போட்டு விடாதீர்கள்.

கடைசியில், காப்பி, தேநீர்க் கோப்பைகள் (இடம் இருந்தால்) வலப்புறத்தில் வைக்கப் பட்டிருக்கும், அல்லது சிறிது சாப்பிடும் தட்டிற்கு மேலாக வலப்புறம் இடம் இருக்குமாற்போல் வைக்கப் பட்டிருக்கும். கோப்பையின்

70ம் பக்கம் பார்க்க...

Cordless Vacuum இருக்கின்றதா? அவதானம்

கடந்தமாத இறுதியில், வன்கூவரில் உள்ள தன்னுடைய வீட்டில், மாடிப்பகுதியில், மின் கம்பி இல்லாத ஒரு வைக்குவம் கிளீன(Cordless Vacuum Cleaner)ரால், ஒரு பெண் (Fiona Du) சுத்தம் செய்து கொண்டிருந்தார். அவர் அதை கைகளால் பிடித்துக் கொண்டிருக்கும் போதே திடீர் என்று வெடித்தது. அதனால் அவளுடைய இடது உள்ளங்கையில் மூன்றாவது நிலை எரி காயங்கள் ஏற்பட்டது. வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்ட Fiona Du இப்போது அதிலிருந்து குணமாடைந்து வருகிறார்.

“நான் மூன்றாவது தளத்தை நெருங்கி கொண்டிருந்த போது “வைக்கும்” திடீரென்று வெடித்தது. வெடியின் தாக்கம் முழுவதும் என்கைமீதுதான்பட்டது” என்று Fiona Du கூறினாள்.

“எலக்ட்டோலுக்ஸ் வைக்கும்” வகையைச் சார்ந்தது அது. அதனுள் இருந்த பட்டரி, விரிவடைந்து, எந்தவித முன் எச்சரிக்கை அறிகுறி இல்லாமலும் திடீரென்று வெடித்தது. அப்போது வெளிப்பட்ட பயங்கர அழுத்தத்தால் அவருடைய விரலில் இருந்த மோதிரம் வளைந்து நெளிந்துவிட்டது. வைக்கும் வெடித்து சிதறியதில், ஒரு கால் பங்கு துண்டு அளவிலான வைக்குமின் பகுதி, பறந்து சென்று Duவின் வீட்டுச்சுவரில் பதிந்துவிட்டது.



“என்னுடைய முகத்திற்கும் மற்றும் கண்களுக்கும் எதுவும் நேரவில்லை. அது உண்மையிலேயே ஒரு அதிசயம் தான்” என்று Du மேலும் கூறினாள். விபத்தினால் Duக்கு காயங்கள் ஏற்பட்டு நான்கு நாட்கள் கழிந்த பிறகு, “எல்க்ட்ரோலுக்ஸ்” வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள் தயாரிப்பு நிறுவனம், தான் விற்பனை செய்த மின்கம்பி இல்லாத வைக்கும்களை திரும்ப எடுத்துக் கொளகிறோம் என்ற அறிவிப்பை வெளியிட்டது. Illinois-Based Company அமைந்துள்ள, கனடாவில் அதன் துணை நிறுவனம் திரும்ப பெறப்படும் பொருள்கள் அனைத்தும் Costco, Canadian Tire, the Bay & Sears கடைகளில் தான் விற்பனை செய்யப்பட்டன என்று தான் வெளியிட்ட செய்தி குறிப்பு ஒன்றில் குறிப்பிட்டுள்ளது.

Du தன்னுடைய தீக்காயங்களிலிருந்து பூரணமாக குணமாடைவதற்கு ஒரு வருடத்திற்கு மேலாகும் என்று அவருடைய மருத்துவர்கள் கூறினர். “எல்க்ட்ரோலுக்ஸ்” நிறுவனம் Duவை தொடர்பு கொண்டு இந்த சம்பவத்தை பற்றி அவர்களுடைய காப்பீட்டு நிறுவனத்திற்கு தகவல் தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொண்டது. மேலும் வைக்குமை தங்களுக்கு திருப்பி அனுப்பும்படியும் கேட்டுக்கொண்டது.

நிறுவனம் சொல்வது போல் அவர் செய்வதற்கு விரும்பவில்லை. சட்டபூர்வமான நடவடிக்கைகள் எடுப்பதற்கு அவர் வழக்கறிஞர்களின் ஆலோசனையை தற்போது நாடிக் கொண்டிருக்கிறார்.

கனடாவில் நவம்பர் 2007 முதல் மார்ச் 2009 வரை பழுது ஏற்பட்ட இந்த மாதிரிகள் விற்பனை செய்யப்பட்டுள்ளன. எல்க்ட்ரோலுக்ஸின் கணக்குப்படி, கனடாவில், வைக்கும் இதுபோன்று வெடித்ததில் உடைமைகள் சேதம் அடைந்ததாக ஐந்து சம்பவங்களும் மற்றும் அமெரிக்காவில் காயங்கள் அடைந்ததாக இரண்டு சம்பவங்களும், அது வெளியிட்ட செய்திக் குறிப்பில் அடங்கியுள்ளன.

நன்றி, வன்கூவர் **CBC.**



தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

துயர் பகிர்வோம்



திரு.மு. தனபாலசிங்கம் (கிச்சான்)

மலேசியாவைப் பிறப்பிடமாகவும், தெல்லிப்பளையை வதிவிடமாகவும், மல்லாகத்தைப் புகுந்தகமாகக் கொண்டவரும், கனடாவில் வாழ்ந்துவந்தவருமான திரு.மு. தனபாலசிங்கம் (கிச்சான் - அரச திணைக்களப் புள்ளிவிபர ஆய்வாளர்) அவர்கள் காலமானார்.

அன்னார் திரு. திருமதி முருகேசன், இலட்சுமிப்பிள்ளை தம்பதியினரின் அன்பு மகனும், காலஞ்சென்ற மகாஜனக் கல்லூரி அதிபர் ஜெயரட்ணம் அவர்களின் அன்புத் தம்பியும், மல்லாகத்தைச் சேர்ந்த திரு. திருமதி சுப்பிரமணியம் தங்கரத்தினம் ஆகியோரின் அன்பு மருமகனும், திருமதி இராஜேஸ்வரியின் அன்புக் கணவரும் கிருபாலட்சுமி (கனடா), சுகன்யா(நோர்வே) விஜயேந்திரா, சுசீந்திரா, மைதிலி, நர்மதா, ஆகியோரின் பாசமிகு தந்தையும், லோகேஸ்வரன், ஜெயரத்தினம், சுபேதினி, சுகந்தினி, ரவீந்திரநாதன் (இந்தி), சிவசுந்தரம், ஆகியோரின் அன்பு மாமனாரும், கமலாம்பிகை(மலேசியா), காலஞ்சென்றவர்களான விசுவலிங்கம், ராஜரட்ணம், குழந்தைவேல் ஆகியோரின் சகோதரரும், விக்கினராஜா(UK), விக்னேஸ்வரி(UK), காலஞ்சென்ற சிவானந்தன், கனேஸ்வரி(Canada), விவேகானந்தன்(UK), சர்வானந்தன்(UK), ஆகியோரின் மைத்துணருமாவார்.

அன்னாரின் பூதவுடல் 29.03.2009 தகனம் செய்யப்பட்டது

தனா சுசிந்திரா, கிருபாலட்சுமி 416-893-4376, 905-472-6075, 905-554-4232, 647-294-3522



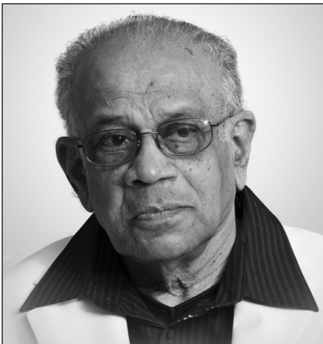
திருமதி. முருகேசு மீனாட்சிப்பிள்ளை

நெடுந்தீவு கிழக்கை பிறப்பிடமாகவும், முரசுமோட்டையில் வசித்துவந்தவரும், தற்போது கொழும்பில் வாழ்ந்து வந்தவருமான முருகேசு மீனாட்சிப்பிள்ளை அவர்கள் 31.03.09 அன்று இறைவனடி எய்தினார்.

அன்னார், காலஞ்சென்ற சொக்கலிங்கம், மாரிமுத்து தம்பதிகளின் அன்புமகளும், காலஞ்சென்ற கந்தையா, குஞ்சாப்பிள்ளை தம்பதிகளின் அன்புமருமகளும், முருகேசு(முரசுமோட்டை) அவர்களின் ஆருயிர்த் துணைவியும், சத்தியபாமா(ஆசிரியை கொழும்பு), ஜெயதர்மா (தர்மா-கனடா), மனோகரதாஸ்(மனோ ஓட்டோஸ்-லண்டன்), சத்தியலிங்கம் (சிவா-கனடா), தர்மசீலன் (தயா-திட்டமிடல் அதிகாரி கொழும்பு), சத்தீஸ்வரி(செல்வி-கனடா), வாகீஸ்வரன் (வகீசன்-கனடா) ஆகியோரின் பாசமிகு தாயாரும், கணபதிப்பிள்ளை(முதல்வர் தமிழ்ப்பிரிவு-றொயல்கல்லூரி கொழும்பு), சுந்தரலிங்கம்(கனடா), யசோதா(லண்டன்), தர்ஸி (கனடா), ஜெயந்தி(கொழும்பு), சிவகுமார்(குமார்-கனடா), நிசாந்தினி(கனடா) ஆகியோரின் மாமியரும் ஆவார்.

அன்னாரின் இறுதிக்கிரியைகள் கொழும்பில் நடைபெற்றது

பாமா கணபதிப்பிள்ளை	இலங்கை	0094 11259 4204
தர்மா சுந்தரலிங்கம்	கனடா	001 905475 1036
மானோ	லண்டன்	044 208361 3343
தயா	இலங்கை	0094 78514 3194
சிவா	கனடா	001 416704 9546
சிவகுமார் செல்வி	கனடா	001 647831 3452
வாகீஸ்வரன்	கனடா	001 647244 8939



திரு. நாகராஜா தம்பிராஜா

மானிப்பாயைப் பிறப்பிடமாகவும் கொக்குவில் கிழக்கு பிரம்படி வீதியிலும், தற்போது கனடாவில் வசித்து வந்தவரும், “Uncle” என்று செல்லமாக அழைக்கப்பட்டவருமான திரு. நாகராஜா தம்பிராஜா அவர்கள் மார்ச் மாதம் 29ம் திகதி கனடாவில் இறைவனடி சேர்ந்தார்.

அன்னார் காலம் சென்றவர்களான தம்பிராஜா (மானிப்பாய் இந்துக்கல்லூரி ஆசிரியர்) இலட்சுமியம்மா ஆகியோரின் புதல்வரும், K.T.ராஜா (யாழ்ப்பாணம், கச்சேரி Chief Clark) அன்னம்மா தம்பதிகளின் மருமகனும், காலஞ்சென்றவர்களான பாலசிவராஜா, சிவபாலராஜா, சிரோன்மணி, சோமசுந்தரம் மற்றும் கொழும்பில் வசிப்பவர்களான சிவமணி, விக்னராஜா, சிவசோதிராஜா ஆகியோரின் அன்புச்சகோதரனும், நாகேஸ்வரியின் அன்புக்கணவரும், துரைசிங்கம், மகாதேவா, தமயந்தி, நடேஸ்வரி, விக்னேஸ்வரி, பராசக்தி, ராஜேஸ்வரி ஆகியோரின் மைத்துனரும், நிமாலினி, நிமால், நிலானி ஆகியோரின் பாசமிகு தந்தையும், பாலச்சந்திரன், பிறேம்சுஜா, மதிசயன் ஆகியோரின் அன்பு மாமனாரும், பாரதி, அஜந், ஜோன் பிரித்வி, ‘ரோன் சுருதி, பிரணவன், வைஷிகா ஆகியோரின் ஆருயிர்ப் பேரனும் ஆவார்.

அன்னாரின் பூதவுடல் ஏப்பிரல் 4ம் திகதி தகனம் செய்யப்படும்.

நாகேஸ்வரி	1 416 431 5698
நிமாலினி	1 416 289 7870
நிமால்	1 647 284 9773

துயர் பகிர்வோம்



திருமதி. கமலாம்பிகை சுப்பிரமணியம்

மண்டைதீவைப் பிறப்பிடமாகவும் இருபாலையை வாழ்விட மாகவும், முல்லைத்தீவில் வசித்துவந்தவருமான திருமதி. கமலாம்பிகை சுப்பிரமணியம் அவர்கள் 25-03-2009 புதன்கிழமையன்று இறைபதம் அடைந்தார்.

அன்னார் காலஞ்சென்ற சுப்பிரமணி (பொலிஸ் உத்தியோ கஸ்தர்) அவர்களின் அன்பு மனைவியும், நாகேஸ்வரி (ஈஸ்வரி-கனடா), மஞ்சுளா (கனடா), லக்குமார் (இலங்கை), ஆகியோரின் அருமைத் தாயாரும், அற்புதராஜா (கனடா), ராஜகுமார் (கனடா), ஜெயந்தினி (இலங்கை) ஆகியோரின் பாசமிகு மாமியாரும், லாவன்யா, ஜெலானி, வோல்ற்ர், ஈத்தன், அஸ்வின் ஆதவன், தமிழ்அழகி ஆகியோரின் அருமைப் பேத்தியும் ஆவார்.

அன்னாரின் இறுதிக்கிரியைகள் இலங்கையில் நடைபெற்றது.

மஞ்சுளா ராஜகுமார் 905-477-1326
ஈஸ்வரி அற்புதராஜா 416-492-1483



கிருபேந்திரா கயிலாயபிள்ளை

இலங்கையின் அம்பாறை மாவட்டம் காரைதீவைப் பிறப்பிடமாகவும், கனடா ரொரன்ரோவில் வசித்து வந்தவருமான கிருபேந்திரா கயிலாயபிள்ளை அவர்கள் மார்ச் 18, 2009 அன்று மறைவெய்தினார்.

இவர் மேரிவதனாவின் அன்புக் கணவரும் பிரியங்கன், காண்டீபன், மருதா ஆகியோரின் தந்தையும், காரைதீவைச் சேர்ந்த சண்முகம் கயிலாயபிள்ளை(மறைந்த), குலசேகரம் பரமேஸ்வரி இணையரின் பாசமிகு மகனுமாவார். காங்கேயன்துறை ஊறணியைச் சேர்ந்த (மறைந்த) சந்தியப்பிள்ளை மரியபுஸ்பம் இணையரது மருமகனும். பத்மநாதன், ரவிச்சந்திரா, இந்திராணி, கலாராணி, ஜயராணி ஆகியோரின் அருமை உடன் பிறப்பும். சிவரெத்தினம், உமாமகேஸ்வரன், ரி.பி.ஜி. சந்திரபால பீரிஸ், குமுதினி, வசந்தாராணி ஆகியோரின் சகலனுமாவார்.

மேரிவதனா: (கனடா) 416 261 2239
கலாராணி (லண்டன் - உடன்பிறப்பு): 192 557 4838
ரவிச்சந்திரன் (லண்டன் - உடன்பிறப்பு): 192 557 4838
வரன்-வின்சென்ற் (கனடா - மைத்துனர்): 416 587 8143



திருமதி. டெய்சிராணி மரியநாயகம்

மாமூலை முள்ளியவளையைச் சேர்ந்த அரச அதிபர் செயலகப் பதிவாளர் டெய்சி மரியநாயகம் அவர்கள் 24.03.2009 அன்று அம்பலவன் பொக்கணையில் அகால மரணமடைந்தார்.

இவர் யக்கோப்பிள்ளை மரியநாயகம், றெஜீனா பாக்கிய- மணி ஆகியோரின் அன்பு மகளும், இலங்கை வங்கிப் பணியாளர் சுப்ரமணியம் மரியநாயகத்தின் அன்பு மனைவியும் ஜான்சி (பேராதனைப் பல்கலைக்கழகம்), பிலிப்குமார் (பிரபு) ஆகியோரின் அன்புத்தாயாரும், அன்சலன் சிறீதரன் (சிறீ-சுவிட்சர்லாந்து), லெஸ்லி(குஞ்சு- இங்கிலாந்து), கிங்ஸ்லி(ரொறன்ரோ), பிரின்ஸ்லி (ரொரன்ரோ) ஆகியோரின் அன்புச் சகோதரியும் மரியவதனி, சிறீ, டயானி, தயா, Dr.சூசைநாதன்(லண்டன்), அருள்நாதன், மரியம்மா ஆகியோரின் மைத்துனியும் ஆவார்.

அன்னாரின் நல்லடக்கம் அம்பலவன்பொக்கணையில் நடைபெற்றது.

416-293-4897
416-264-4549



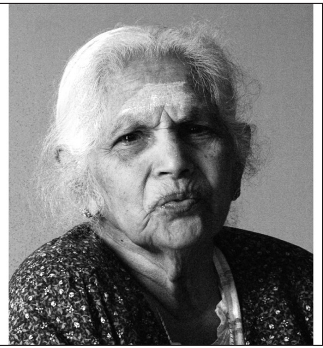
திரு. பரிமளகாந்தன் சுப்பிரமணியம்

மாதகலைப் பிறப்பிடமாகவும், கனடாவை வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட பரிமளகாந்தன்(காந்தன்) சுப்பிரமணியம் மார்ச் மாதம் 20ம் திகதி ரொறன்ரோவில் காலமானார்.

இவர் சுப்பிரமணியம் (காலஞ்சென்ற பொலீஸ் உத்தியோ- கத்தர்), பரிமளம் தம்பதிகளின் மூத்த புதல்வரும், நாகலிங்கம் முத்துப்பிள்ளையின் அன்புப் பேரனும், மரியாம்- பிள்ளை (காலஞ்சென்ற தபால் உத்தியோகத்தர்) றெபேக்கா தம்பதிகளின் மருமகனும், மரிய அசெம்ரா (லில்லி)யின் அன்புக்கணவரும். வலன்ரீனா, மார்வினின் பாசமிகு தந்தையும், அன்னம்மா ஆசிர்வாதத்தின் மருமகனும், சுமதி, கோமதி, வளர்மதி, பானுமதி, ஜெயகௌரி, குமரன், கண்ணன் (மாதகல்), ஆகியோரின் அருமை அண்ணாவும், ஜோசப் பிரான்சிஸ், சிவம், ராணி, ராசாத்தி (இந்தியா), குணம், என்.சி பபா, வேஜினியா, ஜீவா, ஜெனோவா (இங்கிலாந்து), (டி)பிறிட்ஜெற்சுசி மோகன் அமுதா ஜீவன் வனஜா தீபன் (கனடா), ஆகியோரின் மைத்துனரும், ஜெயக்குமார் சிவதாஸ் மனோகரன் சுப்பிரமணியம் மதி- வதனன், திருச்செல்வி, பிரதீபா (மாதகல்), ஜசிந்தா (இந்தியா), அருமைத்துரை, காலஞ்சென்றவர்களான துரை, றோஸ், ஜோசப், அலோசியஸ், றோசி, ஜீவன் (இங்கிலாந்து), அன்ரன், கலா, நாதர், சாளினி, குமார், கல்பனா (கனடா), வனஜா ஆகியோரின் சகலனுமாவார்.

அன்னாரின் பூதவுடல் 28ம் திகதி நல்லடக்கம் செய்யப்பட்டது.

மரிய அசெம்ரா (லில்லி): 416 850 3672
(டி)பிறிட்ஜெற் சுசி அன்ரன்: 416 579 3696
ஜீவன்: 647 267 0025



திருமதி ஆச்சிப்பிள்ளை கனகசிங்கம்

தெல்லிப்பளை, வருத்தலைவிளான் கிராமத்தை சொந்த ஊராகவும், பாரீஸ் (பிரான்ஸ்) நகரில் இறுதிப் பத்தாண்டு- களாக புகலிடம் பெற்று வாழ்ந்தவருமான திருமதி ஆச்சிப்பிள்ளை கனகசிங்கம் அவர்கள் 24மார்ச் 2009 அன்று காலமானார்.

அன்னார் அமரர்கள் சின்னத்தம்பி இராசம்மா தம்பதியினரின் மகளும், அமரர்கனகசிங்கம் அவர்களின் அன்பு மனையா- ளும் அமரர் தர்மலிங்கம், திருமதி. சிவபாக்கியம் முத்துக் கிருஷ்ணர் (கனடா), அமரர் பிறைசூடி ஆகியோரின் அன்புச் சகோதரியும், கருணாகரன் (திருமாவளவன்) - கனடா, கலாநிதி - லண்டன், அமரர் கலைச்செல்வன் (உயிர்நிழல் சிற்றிதழ்), கங்காதரன் - பிரான்ஸ், கருணா மூர்த்தி - பிரான்ஸ் ஆகியோரின் அன்புத் தாயாரும், சுமதி, தம்பிப்பிள்ளை, லஷ்மி, அமரர் சிறீரஞ்சனி, சிறீப்பிரியா, சுகந்தி அகியோரின் அன்பு மாமியும், கரிகாலன், கபிலன், கன்னிகா, பிரதீபன், கார்த்தீபன், மாதுரி, கபிலன், கயல், கவின், கர்ஜீத், கல்வின், ஆகியோரின் அன்புப்பாட்டியும் ஆவார்.

அன்னாரின் இறுதிச் சடங்குகள் மார்ச் 31ம் பாரிஸ் நகரில் நடைபெற்றது.

சிவம் (திருமாவளவன்) (கனடா) 416 261 4090
ஜீவா (பிரான்ஸ்) 0033 16 0608 488
கண்ணன் (பிரான்ஸ்) 0033 16 0601 591



இளயதம்பி தனுக்கோடி

நெடுந்தீவைப் பிறப்பிடமாகவும், கிளிநொச்சியை (திருவை- யாறு) வதிவிடமாகவும் கொண்ட இளயதம்பி தனுக்கோடி அவர்கள் புதுக்குடியிருப்பில் அகால மரணமடைந்தார். இவர் வைத்தியநாதன்(கனடா), சண்முகம்(நெடுந்தீவு), காலஞ்சென்ற பொன்னம்மா, சின்னம்மா(கனடா), நாகம்மா (கனடா) ஆகியோரின் அன்புச் சகோதரரும், காலம்சென்ற கனகமணியின் அன்புக் கணவரும், காலம் சென்ற நடராசா, கோபாலபிள்ளை(கனடா) ஆகியோரின் மைத்துனரும், காலம் சென்ற வசந்தராணி, காலம் சென்ற வசந்தராசா, கண்ணதாசன்(இலங்கை), சாந்தி(நோர்வே), ஜெயந்தி(ஈழம்), தயா(ஈழம்) ஆகியோரின் அன்புத் தந்தையும் மாலா(கனடா), பேரின்பநாதன் (நோர்வே), தமிழ் செல்வன்(ஈழம்), குமார (ஈழம்) ஆகியோரின் மாமாவும் ஆவார்.

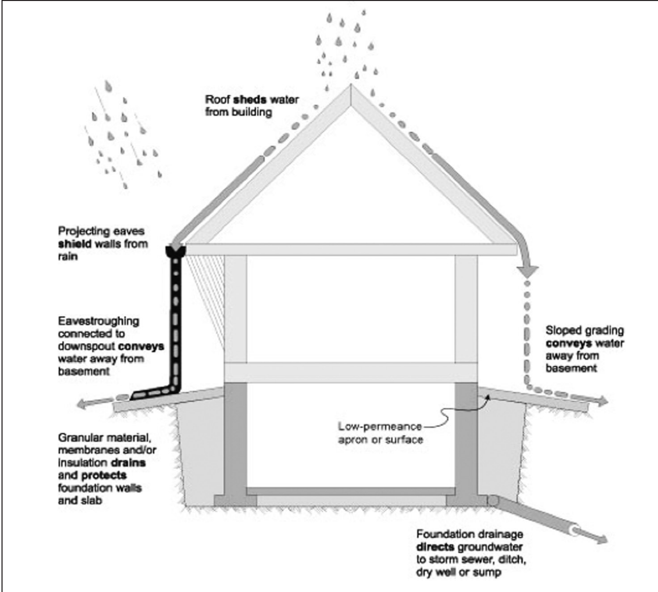
நாகம்மா கோபாலபிள்ளை 416 273 8624,
கருணா கோபாலபிள்ளை 416 830 8520,
சாந்தி பேரின்பநாதன் 011 47 2138 5047.

நீர் கசிவும் வீடுகளின் பாதுகாப்பும்



அன்று மரியசெல்வா

அநேக வீடுகளின் நிலக்கீழ்த் தளங்களில் (Basement) நீர் கசிவு என்பது பெரும் பிரச்சினையாக உள்ளது. இதனால் பல வகையான பாதிப்புகள் நிகழக் கூடியதாக உள்ளது. ஆவையாவன ஈரலிப்பான தரை, பூஞ்சணம், மற்றும் உட்தளபாடங்கள் என்பவை பழுதடைந்துவிடும் தன்மை என பல்வேறு பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன. நீர் கசிவு உள்ள வீடுகளை பாதுகாக்க சில வழிமுறைகளை இக்கட்டுரை விவரிக்கின்றது.





Identified the leaky basement; Photos taken at the time of the Home Inspection

முதல் நடவடிக்கையாக நீர்க்கசிவு உள்ள இடங்களை அறிந்து அதற்கான காரணிகளான நீர் வழிந்தோடும் திசையையும், சேரும் இடத்தையும் கண்டறிந்து கொள்வது அவசியம். மேலும் கூரையில் இருந்து நீர் வழிந்தொடும் இடங்களையும் (gutters) அதனுள் ஏதாவது அடைப்புகள் அல்லது பழுதுகள் இருப்பின் அவற்றை நீக்குதல் வேண்டும். அநேகமாக, கூரை நீர் வழிந்தோடும் பாதைகளில் (gutters) வெடிப்புகள் அல்லது இலைகள் அடைத்து இருப்பின் அவற்றை அகற்றி, பழுதுபார்த்தல் வேண்டும். நீர் வழிந்தோடும் பாதைளில் வெடிப்புகள் அல்லது இலைகள் என்பன இருப்பின் அடை மழை நேரங்களில் நீர் ஒழுங்காக செல்வதற்கு தடையாக இருக்கும். இதனால் நீர் பாதையிலிருந்து மேலாக வெளியேறி நிலத்தில் விழும்போது, நீர் தேக்கம் ஏற்பட்டு வீட்டின் அத்திவாரத்தினூடாக நிலக்கீழ்த் தளத்தை வந்தடைகின்றது. இப்படியான சந்தர்ப்பங்களை தவிர்ப்பதற்கு நீர்வழிப்பாதைகளில் தடைகளோ. பழுதுகளோ இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்வது அவசியமாகின்றது. நீர் வழிப்பாதையின் கீழ்ப்புறப் பகுதி (runoff) வீட்டின் அத்திவாரத்திலிருந்து தூரமாக இருப்பது அவசியம். மேலும் தாழ்வான குழாய்களை (flexi pipes) பயன்படுத்தி கீழ்ப்புறப்பகுதியிலிருந்து 4 - 6 அடி தூரம் அமைப்பதோடு அவற்றை நிலத்தில் புதைத்து விடுவதால் நீர் அத்திவாரத்தை சுற்றி தேங்கி நிற்பதை தடுக்கலாம்.

அடுத்து வீட்டின் அத்திவாரப்பகுதிகளில் தெரியக்கூடிய வகையில் உள்ள வெடிப்புகளை சரிபார்த்து seal பண்ணுதல் அவசியம். Sealer கொண்டு வெடிப்புகளை அடைப்பதனால் கடும் குளிர் நேரங்களில் நீர் இறுகும் போது ஏற்படும் விரிவுகளை தடுக்க முடியும். அதே போன்று வீட்டினுள்ளளே கீழ்த்தளத்தில் (basement) வெடிப்புகள் காணப்படின் அவற்றை Hydraulic cement கொண்டு அடைத்து விடுவதால் நீர் கசிவை தடை செய்வதோடு, ஈரலிப்பிலிருந்து உருவாகும் பூஞ்சணம் (mold) படர்வதை தடுக்க முடியும். வெடிப்புகளை சரிசெய்வதற்கு முன் அவ்விடங்களை துப்புரவு செய்து ஈரலிப்பை அகற்றிய பின்னரே cement பூச வேண்டும். Cement பூசிய பின் அதை நன்கு உலர விட வேண்டும். Hydraulic cementஐ Home depot மற்றும் Rona போன்ற கடைகளில் பெற்றுக் கொள்ளலாம். இவற்றைப் பயன்படுத்தும் போது தயாரிப்பாளர்களது பயன்படுத்தும் வழிமுறைகளை பின் பற்றுதல் அவசியம்.

ஏல்லாவகையான வெடிப்புகளும் சரிபார்க்கப்பட்ட பின், நீர்புக முடியாதவகையிலும், ஈரலிப்படையாத வகையிலும் நில கீழ் தள சுவர்களுக்கு மேலதிகமான பாதுகாப்பை செய்யலாம். அதாவது basement சுவர்களில் Insulationஐ முடியுள்ள பொலித்தீன் (vapor barrier) முழுமையாக இடைவெளியின்றி மூடப்பட்டிருத்தல் வேண்டும். ஆவை கிழிந்து காணப்படின் அவற்றை சரிசெய்தல் வேண்டும்.

சில சந்தர்ப்பங்களில் நிலக்கீழ் தளங்களில் ஈரலிப்பு காணப்படுவதற்கான முக்கிய காரணிகளில் ஒன்றாக நிலக்கீழ் நீரூற்றின் மட்டம் (underground water table) உயர்ந்து காணப்படுதல் ஆகும். ஈதனால் அடை மழை நேரங்களிலும், பனி உருகி வழிந்தோடும் நேரங்களிலும் நீர் மட்டம் மேலும் உயர் வதனால் நிலக்கீழ்த் தளங்களில் நீர் புகும் சாத்தியங்கள் ஏற்படுகின்றன. அதனைத் தடுப்பதற்கன வழிமுறையாக sump pump, மற்றும் அத்திவாரத்தின் கீழ் பகுதிகளில் நீர் வழிந்து செல்லக் கூடிய வகையில் துவாரங்களை அமைப்பதுவும் ஒரு வழியாகும். இவ்வாறான பிரச்சினைகள் தொடர்ந்து இருப்பின் அத்திவாரத்தை சுற்றியுள்ள பகுதியிலுள்ள மண்ணை முழுவதுமாக எடுத்துவிட்டு அத்திவாரச் சுவரை முற்றாக sealerரினால் மூடுதல் வேண்டும். ஆத்திவாரத்தின் அடிப்பகுதியாகிய footingல் வீட்டின் அடிப்பகுதியில் இருந்து நீரை வெளியேற்ற கூடிய வழிமுறைகளை ஏற்படுத்த வேண்டும். (Install drains along the footing to channel the excess water away from the house). வீட்டை சுற்றியுள்ள வெளிப்புற நில மட்டத்தின் தன்மை basementல் நீர் கசிவு ஏற்படுவதற்கு மிக முக்கியமான காரணிகளில் ஒன்றாகும்.

அநேகமான நீர் கசிவுப் பிரச்சினைகளை சரி செயவதற்கு முன் எவ்வாறான பிரச்சினைகள் உள்ளன என்பதை தகுதி வாய்ந்த வீட்டுப் பரிசோதகரை அனுகி சரியான காரணிகளை அறிந்து அவரது ஆலோசனைகளோடு மிக குறைந்த செலவிலேயே சரிசெய்து கொள்ள முடியும்.

andrew@thaiveedu.com



CTR தகவல் பலகை

ROOMS / BASEMENT RENT

BESIDE MALVERN CENTRE
2 + 1 Condo for rent
Karesh: 416-335-8055

VICTORIA PARK & FINCH
2 B/R Basements –
Mrs.Sri: 416-492-9816

NELSON & FINCH
2B/R Basements
Nanthini: 416-609-2226 – 416-875-5486

MARKHAM & 14TH AVE
2B/R Basement
647-308-6673 – 416-917-8336

MC COWAN & STEELE
2 B/R Basements
Maran: 647-205-8502

MARKHAM & ELSON
2 B/R Basements near TTC/School
Kumar: 647-896-8687

GOLFCLUB & ELLSMER
1B/R Basement
Kanthan: 416-431-6127

MCCOWAN & STEELE
1 Room for rent
Siva: 905-472-1413 – 647-519-1413

KEELE & FINCH
3 B/R House + 2 B/R in basement
Bala: 416-456-8895

MCCOWAN & EGLINTON
1 B/R Basement
Haran: 416-286-8257

KEELE & EGLINTON
2B/R Basements
Ratha: 1-905-549-8830

REXDALE & HUMBER WOOD
2 B/ R 2 full W/R, Lux Condo
Ravi: 416-888-3524

MARKHAM & 14TH
2 B/R Basements
Mani: 905-201-6673, 647-308-6673

TAP SCOTT & CROW TRAIL
1B/R Basement
416-609-9588

MARKHAM & ELSON
2B/R for rent
Ananthan: 647-8996-8687

MIDDLEFIELD & DENNISON
2B/R Basement
Vasanthy: 416-839-3546, 905-604-0145

MARKHAM & DENNISON
2 B/ R for rent
Mariyathas: 905-294-1018

MORRISON & ELLSON
2 B/R Basements
Manohary: 416-617-4671

HOUS FOR SAL

BIRCHMOUND & FINCH
2 Condo for sale
Nithy: 647-444-4017

MORNINGSIDE & SHEPPARD
5 B/R House 2 years old
2600 sq feet
Rasalingam: 905-509-7493

AUTO FOR SAL

99 HONDA CIVIC
220km, Auto
Kobinath: 647-401-4674 – 905-216-9056

2000 DODGE CARAVAN
323km
Suganthan: 647-500-8215
647-500-1343

98 SIANNA VAN
200km
Mani: 416-739-1989

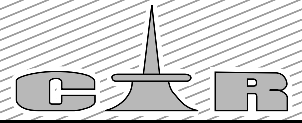
97 TOYOTA CAMRY LE
249km, Gray – New Tire
Rajan: 416-716-2975

94 TOYOTA CAMRY
Vathana: 416-878-4453

OTHERS

FURNITURES SALE
Mrs. Ratnarasa – 416 724 4238
416 270 1362

FREE YOGA MEDICATION
Vannipushpa: 647 278 8445



416 264 8798

WEDDING SERVICE
Thavamani: 416-439-8892 – 905-696-0543

FISH TANK
Krishna: 416-439-3284

TUTION
mccowan and finch
416 335 1477
Mayuran: Preschool gr 1 and 2

DAY CARE
(markham & ellesemere)
Malar: 416 431 2495, 416 844 4026

பலகாரம் செய்து கொடுக்கப்படும்
Ottonpark & Lawrence
Prema: 416-439-1599, 647-802-1599

PAINTING & CARPET CLEANING
3B/R Houseற்கு Paint $450(With Paint)
Babu: 647-836-3647

TUTION
Brimley/ Steel. 1-8 Math and English
Tharma: 905-479-3024

உங்கள் அறிவித்தல்களும் இடம்பெற வேண்டுமா
416 400 6406

சாப்பிடும் முறையும்...

65ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கைப்பிடி வலப்புறம் நோக்கி இருக்கும் என்பதைக் கவனிக்கவும்.

விருந்துக்கு வரும் முறை

சரி, இனி விருந்துக்கு வரும் முறையைக் கொஞ்சம் பார்ப்போம். ஆண்கள் விருந்தில் தொப்பி அணிவது அழகல்ல. விருந்து



படைக்கும் பெண்கள் தங்கள் சொந்த வீட்டில் விருந்து நடக்கும்போது தொப்பி வகையறாவை அணிவது சரியல்ல.

ஒரு மேசையில் சேர்ந்து விருந்துண்ண அமரும் பெண்கள் அமரும் வரையில் ஆண்கள் தம் நாற்காலியின் பின்னே அமைதியுடன் நிற்பது அழகு, மரியாதை.

ஒரு சாப்பாட்டு மேசையில் எல்லோருக்கும் சரிசமமான உணவுப் பதார்த்தங்கள் பரமாறி முடிக்கும் வரையில் நீங்கள் சாப்பிடத் தொடங்கக் கூடாது. யாராவது, "நீங்கள் தொடங்குங்கள்" என்று சொன்னாலேயொழிய. முக்கியமாக, உங்களை விருந்துக்கு அழைத்தவர் தம் கத்தி, கரண்டியைப் பிரயோகிக்கத் தொடங்கும் வரையில், நீங்கள் அவ்வாறு first come first serve என்று உணவை ஒருகை பார்க்க அவரசப் படுவது நாகரிகமாக இருக்காது.

சரி, உணவுமேசையில் பொருட்கள் எப்படி இருக்கும் என்று பார்த்தாயிற்று. இனி, அவற்றை எப்படிப் பாவிப்பது என்று பார்ப்போம்.

சரி கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் napkinஐ மடியில்தான் உடனே போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். மேசையிலேயே வைத்திருத்தல் அழகல்ல, அதுபோல், கழுத்தில் அதை உடைப்பாகத்தில் செருகிக் கொள்வதும் கௌரவமல்ல, அதுவும் உங்களை விருந்துபசாரத்துக்கு அழைத்தவர் தம்முடைய napkinஐ தன் மடியில் போட்ட பிறகுதான் நீங்களும் அவ்வாறு செய்ய வேண்டும். சில பேர், வித்தை காட்டுகிறேன் என்று சும்மா ஒரு விசிறு விசிறி அந்த napkinஐ மடியில் போடப் பார்ப்பர். தயவுசெய்து நீங்களே உங்களை அவமானப்படுத்த வேண்டாம். அதுவும், ஆண்பிள்ளைகள் நீங்கள் உங்கள் tie உங்களுக்கு உணவு அருந்தும்போது தடையாக இருக்குமே என்ற நோக்கத்தில் அதை எடுத்துத் தோற்பக்கமாக கொழுவிக் கொள்ளவும் வேண்டாம்.

திண்மையான உணவுவகைகளை உட்கொள்வதற்கு முள்கரண்டி பயன்படுத்தப் படுகின்றது. சிலவகை உணவுகளை உட்கொள்வதைத் தவிர (ரொட்டி–bread, அஸ்பரகஸ் காய்வகை, பிஸ்ஸா, chicken wings போன்றவை), எக்காரணம் கொண்டும் பெரிய விருந்துபசாரங்களில் உங்கள் கைகளைப் பயன்படுத்தாதீர்கள்.

முள்கரண்டியை அமெரிக்க முறையில் (இடது கையால் முட்கரண்டியைப் பாவித்து, உணவுப் பதார்த்தத்தை கௌவிப்பிடித்து அதை கத்தி கொண்டு துண்டுகளாக்கியதும், பின்னர் வலது கைக்கு முட்கரண்டியை மாற்றி அதனால், ஒரு சிறிய உணவுத் துண்டைக் கிள்ளியெடுத்து வாய்க்கு அருளுதல்), அல்லது ஐரோப்பிய பழக்கவழக்க முறையில் (இடது கையிலேயே முள்கரண்டியைப் பாவித்து, உணவையும் அந்தப் பகுதியாலேயே கிள்ளி உண்பது) ஏதாவது ஒன்றைப் பின்பற்றலாம், தப்பில்லை.

வைத்திருக்கும் முட்கரண்டிகளில் வெளிப்புறமிருந்து உட்பக்கமாக வைக்கப் பட்டிருக்கும் முட்கரண்டி தான் appetizers எனப் படும் பசிதூண்டும் திட உணவு வகைகளைச் சாப்பிடுவதற்குப் பயன்படுத்தும் வகையாக இருக்கும். இது சில சமயங்களில் soup வகையறாக்களாகவும் இருக்கும். உணவின் முதற்பகுதி இதுதான். அடுத்து பரிமாறப்படும் உணவுக்கு அடுத்து வெளிப்புறமிருந்து உட்புறமாக அடுக்கப் பட்டிருக்கும் முட்கரண்டி பொருத்தமானதாக இருக்கும். கத்திகளுக்கும், கரண்டிகளுக்கும் கூட இதே முறை தான். இங்கிலாந்து மகாராணியின் மாளிகையில் விருந்து உண்ணும் பாக்கியம் கிடைத்தால், உபசரிக்கும் பணியாளர்களே, நீங்கள் பாவிக்காமல், தொடாமல் வைத்திருக்கும் உணவுண்ணும் உபகரணங்களை அகற்றி விடுவார்கள். அதற்கு அவர்களுக்கு உங்கள் அனுமதி தேவையில்லை.

முக்கிய உணவுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட முட்கரண்டியை நீங்கள் salad சாப்பிடுவதற்குப் பயன்படுத்தும் அழகை (salad fork மிகவும் சிறியதாக இருக்கும்). மற்றவர்களின் கவனத்தைத் திசை திருப்பாதீர்கள். 'பிசு' பண்ணிக் கொள்ளாதீர்கள். சாப்பிட்டு முடியுங்கள். நீங்கள் பிழையான ஆயுதத்தைப் பாவித்த இரகசியத்தைக் கண்டுபிடித்த உபசரிப்பாளர் உங்களுக்கு மீண்டும் அதுபோன்ற ஒரு முட்கரண்டியைக் கொண்டுவந்து தருவார். ஏனெனில், சரியான உணவைச் சாப்பிட மீண்டும் முட்கரண்டி வேண்டுமே.

கத்தி வைப்பதற்காக பொதுவான ஒரு இடம் கொடுக்கப் படாவிடில், அதை நீங்கள் உங்கள் தட்டின்மேல் குறுக்காக, கத்திமுனை உள்நோக்கி பார்க்குமாற்போல் வைக்க வேண்டும்.

நீங்கள் வலதுகைப் பழக்கமுள்ளவராக இருந்தால், கத்தியை வலது கையிலும், முட்கரண்டியை இடது கையிலும் பிடித்தல் வேண்டும். வெட்டப்படும் உணவுப் பகுதியின் நுனியை முட்கரண்டியால், மெதுவே அழுத்திப் பிடித்துக் கொண்டு, கத்தியால் மெதுவே ஒரு சிறிய துண்டை வெட்டுங்கள். கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியது, அவசரமாக எண்ணெய்ப் பதார்த்தங்களை வெட்டும்போது, அவை சொல்லாமல் கொள்ளாமல், மற்றவர்களின் தட்டின்மேல் தஞ்சம் புகவும், விருந்தினர்களின் முகங்களில் கிரிக்கெட் விளையாடவும் வாய்ப்புண்டு. நிதானமாகக் காரியத்தைக் கைக்கொள்ளுங்கள். கத்தி, முட்கரண்டியைப் பிடிக்கும்போது, நமது சுட்டு விரல்கள் அழகாகப் பிடியில் பதிந்திருத்தல் அவசியம். உணவை வாய்கொள்ளும் அளவிற்குத் துண்டாக வெட்டியவுடன், கத்தியை மெதுவே தட்டின்மேல் வைத்துவிட்டு (மேசையில் வைக்க அனுமதியில்லை), வலது கைக்கு உங்கள் இடதுகை முட்கரண்டியைக் (குத்திய உணவுடன்) கொண்டு வாருங்கள். மெதுவே வாய்க்குள் போட்டு மெல்லுங்கள். ஞாபகமிருக்கட்டும், தற்போது நாம் பின்பற்றியது அமெரிக்கன் முறையாம்! அத்துடன் வெட்டப்பட்ட உணவு ஒரு மாமிச வகையைச் சேர்ந்ததாக இருக்கலாம்.

இதற்கிடையில், ஒருமுறை பாவித்த உபகரணங்கள் மேஜையின் மேல் வைக்கக் கூடாது என்ற ஒரு வழக்கம் இருக்கின்றது, அதைக் கொஞ்சம் பார்ப்போம். இதற்கு ஒரு காரணம், பாவித்த கரண்டி, கத்திகளை, உணவுக் கறைகளுடன் மேசை மேல் வைத்தால், மேஜைவிரிப்பு அழுக்கடையலாம். விருந்து வைத்தவருக்கு இதனால் செலவு அதிகம் அல்லவா? ஒருமுறை ஒரு உபகரணத்தை உபயோகித்தவுடன், அதன் ஆயுள் அன்றைய நாளைக்குச் சரி, இனி சுத்தம் செய்தபின் தான் மறுபடி ஒருநாளில் பாவிக்கலாம். எப்பொழுது பாவனைக்கு ஒரு உபகரணத்தைக் கொண்டு வருகின்றீர்களோ, தொடர்ந்து அவற்றை அன்றைய விருந்து முடியும்வரை தட்டின்மேல் தான் வைக்க வேண்டும். எல்லாவற்றையும் அப்படி வைப்பதென்று அர்த்தமில்லை. சிலபல வித்தியாசங்கள் இவற்றில் உண்டு. உதாரணமாக சூப் சாப்பிடும் அழகைக் கொஞ்சம் பார்ப்போமே!

சூப்பிற்குக் கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் கிண்ணம் இன்னொரு தட்டின்மேல் தனியே வைக்கப்பட்டு வரும். அதற்காகக் கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் கரண்டியில் மெதுவே எழுபத்தைந்து சதவிகிதத்துக்குச் சூப்பை நிரப்பி, கரண்டியின் பக்கமாக மெதுவே, அதிக சத்தம் வராதவாறு உறிஞ்சுங்கள். கொடுத்த சூப் முடிந்துகொண்டு வருகின்றதா? மெதுவே உங்களுக்கு எதிர்ப்பக்கமாகக் கிண்ணத்தைச் சரித்து, மிகுந்த சூப்பைக் கரண்டியில் கொண்டு வாருங்கள். இதை இருதடவைகளுக்கு மேல் செய்தால் நாகரிகமாகாது. அதுபோல், சூப் கோப்பையின் அடிமட்டத்திற்கு வந்துவிட்டதே என்று கோப்பையைத் தூக்கி தொண்டையில் கவிழ்க்காதீர்கள். அதுவும் விருந்து மேசையில் மதிக்கத்தகாத ஒரு செயலாகும். அத்துடன், மெதுவே கரண்டி கொண்டு அடிப்பாகத்தைத் தொடுங்கள், சத்தமாகத் தொட்டால், அதுவும் ஒரு மேசையில் இருக்கும் 20 பேரும் ஒரே நேரத்தில் இந்த வித்தையைச் செய்தால், பிறகென்ன ஜலதரங்கம் தான்! அது ஒரு நல்ல table manners ஆகாது! சாப்பிட்டாயிற்றா? அந்தக் கரண்டியை சூப் தாங்கி வந்த plateஇல் வைத்து விடுங்கள். பரிமாறுபவர் உங்கள் முடிவைப் புரிந்து கொள்வார்.

அதுபோல் ரொட்டி (bread) சாப்பிடும் முறையையும் கொஞ்சம் பார்த்து விடலாம். ரொட்டித் துண்டங்களில் ஒன்றை எடுத்து உங்கள் bread plateஇல் போட்டுக் கொள்ளுங்கள். உடனே butterஐ எடுத்து, ஊரில் பள்ளிக்கூடம் போகும்போது தரும் bread, butter and jam தயவை இங்குக் காட்டி விடாதீர்கள். இங்கு அப்படி butterஐ முழு ரொட்டியிலும் பூசிச் சாப்பிடுவது அநாகரிகம், அதாவது விருந்துகளில்! சிறிதளவு butterஐயும் உங்கள் bread தட்டில் போட்டுக் கொள்ளுங்கள். பாணை சிறிய துண்டுகளாக்கி (ஒவ்வொரு முறையும்), அதில், உங்கள் தட்டில் இருக்கும் butterஐ ஒரு கத்தி கொண்டு பூசி, மெதுவே சாப்பிடுங்கள். இப்படித்தான் எடுத்த bread துண்டத்தை நீங்கள் உங்கள் தட்டிலிந்து நீக்க வேண்டும்.

mansu@thaiveedu.com

■ ■ ■

கடந்த மாதத்தில்...





14-03-09 அன்று ரொறன்ரோவில் கலைபண்பாட்டுக் கழகத்தினரால் நடாத்தப்பட்ட "நாடகக் கோபுரம்" நிகழ்வில்.



7-03-09 அன்று கொக்குவில் கோண்டாவில் சதுமலை தாவடி மக்கள் நடாத்திய காலப்பணி நிகழ்வில்





16-03-09 அன்று ரொறன்ரோவில் நடைபெற்ற மாபெரும் மனிதச்சங்கிலி உரிமைப் போர் நிகழ்வில்.





18-03-09 அன்று ரொறன்ரோவில் நடைபெற்ற சர்வமத கூட்டுப் பிரார்த்தனையில்.



21-03-09 அன்று மார்க்கம் லோரன்ஸ் சந்திப்புப் பகுதியில் நடைபெற்ற கவனயீர்ப்பு நடைபவனியில்.





தமிழர் வகைதுறைவள நிலையத்தினரின் ஏற்பாட்டில் இந்தியத் தூதுவராலயத்தின் முன் கண்டன ஆர்ப்பாட்டத்தில்



14-03-09 அன்று ஸ்காபுரோ தமிழ் மகளிர் அமைப்பினரால் நடாத்தப்பட்ட நடைபவனிக் கவனயீர்ப்பிர்.



13-03-09 அன்று கனேடிய தமிழ் மக்களால் முன்னெடுக்கப்பட்ட உண்ணாநோன்பு நிகழ்வில்.





08-03-09 அன்று கனடாவில் நடாத்தப்பட்ட ஈகைப்பேரொளி முருகதாசன் அவர்களின் இறுதி வீரவணக்க நிகழ்வுப் பேரணியின்போது.

டேவிட் மில்லரின் அடியும் டால்டன் மக்கின்டியின் இடியும்

- என். தயாபரன் -

அண்மைய மாநகர மற்றும் மாகாண அரசாங்கங்களின் நடவடிக்கைகள் வீட்டு உரிமையாளர்களை பாரிய அளவில் பாதிக்க-வுள்ளன. டொரோண்டோ மாநகர முதல்வர் டேவிட் மில்லர் கடந்த வருடம் அமுலுக்கு கொண்டுவந்த மாநகர காணி உரிமை மாற்று வரி (Land Transfer Tax) டொரோண்டோ மாகரத்தில் விற்பனையாகும் அனைத்து வீடுகள் மற்றும் வர்த்தக கட்டிடங்களுக்கு செலுத்த வேண்டிய காணி உரிமை மாற்று வரியை இரட்டிப்பாக்கியுள்ளது.

இந்த புதிய மாநகர காணி உரிமை மாற்று வரி அமுலுக்கு வந்ததிலிருந்து, அதுவரை வருடக்கணக்காக மாதாமாதம் அதிகரித்து வந்த டொரோண்டோ மாநகர வீட்டு விலைகள் சரிய ஆரம்பித்து இன்று வரை தொடர்ந்து சரிந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

இந்தப் புதிய மாநகர காணி உரிமை மாற்று வரியானது வீடுகளை விற்று முதியோர் இல்லங்களுக்கு செல்லவுள்ள வயோதிபர்கள் முதல் அண்மையில் குடியேறி முதல் தடவையாக வீடு வாங்க முனைபவர்கள் வரை பாதித்துள்ளது.

தற்போது டால்டன் மக்கின்டியின் ஒன்டாரியோ அரசு ஒன்டாரியோ மாகாண வீட்டு உரிமையாளர்களை பாதிக்கும் நேர்த்தியற்ற நடவடிக்கைகளில் இறங்கி உள்ளது.

இதுவரைகாலமும் ஒன்டாரியோவில் புதிய வீடுகள் (New Home Purchase). வீடு விற்பனை பிரதிநிதிகளுக்கான கொடுப்பனவுகள் (Real Estate Commission). வீட்டு திருத்த வேலைகள், வீடு விற்கும் மற்றும் வாங்கும்போது சட்டத்தரணி, வீட்டு பரிசோதகர் கட்டணங்கள் ஆகியவற்றுக்கு மாகாண விற்பனை வரியிலிருந்து (Provincial Sales Tax) விலக்கு இருந்து வருகின்றது. தற்போதைய பொருளாதார நெருக்கடிகளை காரணங்காட்டி டால்டன் மக்கின்டியின் அரசு இந்த வரி விலக்கை ரத்து செய்ய திட்டம் தீட்டியுள்ளது.

தற்போது பல்வேறுபட்ட பிரச்சனைகளுக்கு மத்தியில் புதிய வீடுகளை கட்டி விற்க முயலுபவர்களும், வேலை போய்விடுமா என்ற பயத்தின் மத்தியிலும் புது வீடு வாங்க யோசிப்பவர்களையும் டால்டன் மக்கின்டியின் இந்த மேலதிக வரிச்சுமை தடுத்து நிறுத்த ஒண்டாரியோ மாகாண பொருளாதாரம் மேலும் நலிவடையும்.

தற்போதுள்ள பண நெருக்கடிகளுக்கு மத்தியில் வீடு வாங்க எண்ணுபவர்களை டால்டன் மக்கின்டியின் இந்த புதிய விற்பனை வரி மேலும் இழுத்து நிறுத்த வீடு விலைகள் இன்னமும் சரியும். எரிகிற வீட்டில் புடுங்குவது போல ஏற்கனவே பலவித நெருக்கடிகளால் பாதிக்கபட்டுள்ள வீடு உரிமையாளர்களை இன்னல்களுக்கு உள்ளாக்கி வீட்டு விலைகளை இன்னமும் சரிய வைப்பது உகந்த நடவடிக்கையே அல்ல.

அத்துடன் 2009 புதிய பசுமை பேணும் சக்தி மற்றும் பொருளாதார சட்டம் (Bill 150- Green Energy & Green Economy) மூலம் ஒன்டாரியோவில் வீடுகள் விற்பனை செய்யும்போது சக்தி விரயம் மற்றும் பாவனை குறித்த கணிப்பீடு (Energy Audit on Energy Consumption & Efficiency) கட்டாயமாக்கப்பட உள்ளது.

> **“ ஒண்டாரியோ அரசு சக்தி வள விரயம் மற்றும் பாவனையை குறைக்கும் நடவடிக்கைகள் பற்றிய அறிவை ஒண்டாரியோ வாழ் மக்கள் மத்தியில் பரவுவதற்கு நடவடிக்கைகள் எடுப்பதோடு அத்தகைய முயற்சிகளுக்கு அரச உதவிகளும் வழங்கவேண்டும். ”**

வர்த்தக கட்டிடங்கள் தொழிற்சாலைகள் விவசாயம் சம்பந்தமான கட்டிடங்களுக்கு இந்த புதிய சட்டத்திலிருந்து விதி விலக்கு வழங்கப்படும் என டால்டன் மக்கிண்டி அரசு அறிவித்துள்ளது. கனடிய வரலாற்றில் முதல் தடவையாக இருவருக்கிடையேயான சுதந்திரமான வாங்கி விற்கும் சந்தை (Free Market) வியாபாரத்தில் அரசாங்கம் குறுக்கிடவுள்ளது. இதுவரைகாலமும் ஒன்டாரியோவில் வீடுகள் விற்கப்படும்போது வீட்டின் எந்தவொரு பகுதியாவது கட்டாயம் சோதனைக்குள்ளாக வேண்டுமென சட்டமெதுவும் இருந்தது கிடையாது. கனடாவில் இதுவரை எவருமே வீடுகள் வாங்கும்போது சக்தி வள விரயம் குறித்து கணிப்பீடு (Energy Audit) செய்து வாங்கியதே கிடையாது.

உயிர் ஆபத்து விளைவிக்க கூடிய பழுதான எரி உலைகள் (Furnace). முறையற்ற ஆபத்தான மின்சார விநியோகம், கட்டிட விதிகளை மீறிய கட்டுமானங்கள் போன்றவற்றை சோதனை இடுவதை பற்றி கூட கவலையேபடாமல் சக்தி வள விரயம் மற்றும் பாவனை குறித்த கணிப்பீடை கட்டாயமாக்கும் டால்டன் மக்கின்டியின் மாகாண அரசின் நடவடிக்கை பலருக்கும் புரியாத புதிராக இருக்கிறது.

சக்தி விரயங்களை தடுக்கும் முறையில் புதிய கட்டிட விதிகளுக்கமைய அண்மையில் கட்டபட்ட வீடுகள் விற்கப்படும் போதும் இந்த சக்தி வள விரயம் மற்றும் பாவனை குறித்த கணிப்பீடு தேவைதானா என அநேகர் வியக்கின்றனர்.

வீடுகள் வாங்கும்போது வீட்டு பரிசோதனை செய்பவர் எரி உலை, வீட்டு யன்னல்கள் போன்ற சக்தி வள பாவனை மற்றும் விரயம் குறித்த பல விடயங்களை பரிசோதிப்பதால் மீண்டும் ஒரு சக்தி வள விரயம் மற்றும் பாவனை குறித்த கணிப்பீடு செய்து பணத்தையும் நேரத்தையும் வீணடிப்பது புத்திசாலித்தனமானதாக இருக்க முடியாது.

வெறும் வீடுகளுக்கான சக்தி விரயம் மற்றும் பாவனை குறித்த கணிப்பீடை கட்டயமாக்குவதன் மூலம் இந்த கணிப்பீடு ஏற்கனவே சரிந்துள்ள வீடு விலைகளை இன்னமும் குறைக்க பயன்படுமே தவிர ஆக்க பூர்வமாக வேறு எதையும் உருவாக்க முடியாது.

உண்மையில் ஒண்டாரியோ மாகாணத்தில் சக்தி வள விரயத்தையும் பாவனையும் குறைக்க வேணுமென மாகாண அரசுக்கு அக்கறை இருக்குமானால் சக்தி வள விரயம் மற்றும் பாவனையை குறைக்கும் நடவடிக்கைகள் பற்றிய அறிவை ஒண்டாரியோ வாழ் மக்கள் மத்தியில் பரவுவதற்கு நடவடிக்கைகள் எடுப்பதோடு அத்தகைய முயற்சிகளுக்கு அரச உதவிகளும் வழங்கலாம். அத்துடன் வர்த்தக நிறுவனங்கள், தொழிற்சாலைகள் போன்றவற்றை உள்ளடக்காத எந்த ஒரு சக்தி வள விரய தடுப்பு நடவடிக்கைகளும் பெரிதாக பலனளிக்க போவதில்லையென்பதோடு ஒண்டாரியோ அரசின் நோக்கங்களை கூட சந்தேகத்திற்கு உள்ளாக்குகிறது.

விளைவுகளை புரிந்துகொள்ளாமல் குண்டு சட்டிக்குள் குதிரையோடும் போக்கு வெறும் மடமைத்தனமே ஒழிய வேறு எதுவுமில்லை.

thayaparan.n@thaiveedu.com

■ ■ ■

யாழ் நூலகம்... படுகொலை நினைவுகள்!

இன அழிப்பின் அங்கமாக, சிங்கள இனவெறி அரசினால் 1981-ம் ஆண்டு மே மாதம் 31ம் திகதி நள்ளிரவு யாழ் நூலகம் எரித்து சாம்பலாக்கப்பட்டது. ஈழப் போராட்ட அவலத்தின் ஒவ்வொரு நிகழ்வுகளும் ஏற்படுத்திய வடுக்களை ஞாபகப்படுத்துவோம், மீண்டெழுவோம். இன்றைய நிலையில் பாரிய சமுதாய விழிப்புணர்ச்சியை எற்படுத்துவது ஒவ்வொருவரினதும் அவசியத் தேவையாக உள்ளது.



ராஜ்மோகன் செல்லையா
- ஈட்டுக்கடன் பிரதிநிதி

இன்றைக்கு 28 வருடங்களுக்கு முன்னதான ஒரு காலம்... பதற்றங்களுடன் கூடிய கோடை காலத்தின் ஆரம்பத்துடன் யாழ்ப்பாண நகரம் வழமை போல இயங்கிக் கொண்டிருந்தது.

யாழ் மத்திய கல்லூரியின் ஆளுமையும், யாழ் நூலகத்தின் அறிவியல் உறுதியும், சுப்பிரமணிய பூங்காவின் குளிர்ச்சியும், மணிக்கூட்டுக் கோபுரத்தின் எழுச்சியும்... என்று நிலைத்து நிறைந்திருந்த மறக்க முடியாத இனிமையான காலங்கள்...

அந்த மண்ணிலே அரங்கேறத் துடித்த அவனது பிஞ்சுக் கவிதைகளுக்கு வரி கொடுத்து... உயிர் கொடுத்த அவனது இளமைக் காலங்களின் ஆரம்பம் அது... அவனது அன்றைய பொன்மாலைப் பொழுதும் வழமைபோல யாழ் நூலகத்தின் நிசப்தத்தில் அமிழ்ந்து காணாமல் போயிருந்தது.

புத்தகங்களுடன் உறவாடிக் கொண்டிருந்த அவன் உடலில் திடீரென ஒரு சுகமான இரசாயன மாற்றம்... மின்சாரம் பாய்ந்தது போன்றதொரு பிரமை... அவனது விழிகள் ஒரு சஞ்சிகையின் பக்கத்தில் உறைந்து போய் நின்றன. என்றோ ஒரு நாள் அவன் வரி கொடுத்து வரைந்தனுப்பிய ஒரு பிஞ்சுக் கவிதை முதன் முதலாக அந்த சஞ்சிகையில் பிரசுரமாகியிருந்தது. புதிய அனுபவம்... புதிய உணர்வுகள்... அவன் விழிகள் அகல விரிகின்றன. ‘எனது கவிதை வெளிவந்துள்ளதா...” மலைக்கின்றான். அப்படியே முற்றவெளி ஊடாக பண்ணைக் கடற்கரையையும் தாண்டிப் பறந்து சென்றது மாதிரியான ஒரு பிரஞ்ஞையுடன் அவன் மனம் காற்றில் மிதக்கின்றது.

முதல் கவிதையின் அரங்கேற்றம்... முதல் காதலைப் போல அவனுக்கு முகவரி தந்தது, உறவு கொடுத்தது, உறுதி வளர்த்தது, சிந்தனை கொடுத்தது, தேடலுடன் கூடிய கனவு கொடுத்தது. எந்த ஒரு மணித்துளியிலும் மறந்துவிட முடியாத அந்த அற்புதமான நினைவலைகளுடன் அவனுடைய அன்றைய இரவும் மெல்ல மெல்ல கரைந்து கொண்டிருந்தது.

மறுநாள் அதிகாலைப் பொழுது... பாரிய புகைமண்டலம் யாழ்ப்பாண நகரை இருளாக்கியபடி விழுந்து கொண்டிருந்தது. நேசம் மிகு இதயங்களால் கட்டியெழுப்பப்பட்ட யாழ் நூலகம் எரியூட்டப்பட்ட கொடும் செய்தி அவன் காதுகளுக்கு ரணமாகியது. ஆம்... 1981-ம் ஆண்டு மே மாதம் 31ம் திகதி நள்ளிரவு ஈழத் தமிழரின் வரலாற்றுத் தலைமையகமான யாழ் நூலகம் 97,000க்கும் மேற்பட்ட அரிய புத்தகங்களுடனும் ஓலைச் சுவடிகளுடனும், ஒலி ஒளி நாடாக்களுடனும் எரித்து சாம்பலாக்கப்பட்டிருந்தது.

சிங்கள அரசினால் படுகொலை செய்யப்பட்ட தனது உள்ளார்ந்த ஆத்மா தன்னை விட்டுப் பிரிந்து போன துயரங்களுடன் எரிந்துபோன கரித்துண்டுகளிடையே... புதையுண்டு போன உண்மைகளிடையே... தனது முதல் கவிதையின் தேடலைத் தொடங்கிய அவன்... இன்றும் தேடிக் கொண்டிருக்கின்றான்.

ஈழத் தமிழர்களின் வாழ்வியலோடு பின்னிப் பிணைந்து அவர்களின் கலாச்சார அறிவியல் மையங்களில் ஒன்றாக நிமிர்ந்து நின்ற யாழ் நூலகம் சிங்கள இனவெறி அரசின் திட்டமிட்ட சதியால் ஒட்டுமொத்தமாக நிர்மூலமாக்கப்பட்டது. கலாச்சார அடிப்படைகளை அழிப்பதன் மூலமாகவோ, அறிவியல் நூலகங்களை எரிப்பதன் மூலமாகவோ ஒரு சமூகத்தின் ஆளுமையை அடக்கிவிட முனைந்த இந்தச் சம்பவம் என்றுமே தமிழர்களின் நெஞ்சிலே ஒரு வரலாற்றுப் படுகொலையாகவே குருதியில் உறைந்து நிற்கின்றது. சிங்கள அரசின் கைக்கூலிகளாலும் பாதுகாப்புப் படையினராலும் மேற்கொள்ளப்பட்ட இந்த கலாச்சார அறிவியல் அழிப்பு உலகளாவிய ரீதியில் அறிவுசார் சமூகத்தினர் எவராலும் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாத ஒரு கேவலமான நிகழ்வாகக் கருதப்படுகின்றது.

ஈழப் போராட்டத்திற்குரிய அடிப்படைக் காரணங்களாகக் கருதப்படும் தனிச் சிங்களச் சட்டம், பௌத்த மதம் அரச மயமாக்கப்படல், குடியுரிமைச் சட்டம், கல்வித் தரப்படுத்தல்,





Jaffna Public Library
January 2005

Photo by Kathir

திட்டமிட்ட சிங்களக் குடியேற்றம், அரச பயங்கரவாதம், இனத்துவேசம், சிங்கள பேரினவாதம், அரச சித்திரவதைகள், தமிழ் இன அழிப்பு போன்றவற்றுடன் யாழ் நூலக அழிப்பும், என்றும் அழியாத கறைகளுடன் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டது தமிழர்களைப் பொறுத்தவரை துயரமான ஒரு சம்பவமே.

யாழ் நூலகம் 1842களில் ஆரம்பிக்கப்பட்டதாக வரலாற்றுத் தகவல்கள் உள்ளபோதும் 1933களிலேயே கே. எம். செல்லப்பா மற்றும் சில அன்பர்களினால் நூலகத்தின் நிரந்தரக் கட்டிடத்தின் தேவை உணரப்பட்டதாக வரலாற்றுக் குறிப்புகள் தெரிவிக்கின்றன. யாழ்ப்பாணம் ஆஸ்பத்திரி வீதியில் இதற்கென வாடகைக்குப் பெறப்பட்ட சிறு அறையொன்றில் ஒருசில நூல்களுடன் இதன் வளர்ச்சி ஆரம்பமாகியது. 1936களுக்குப் பின்னர் இந்த நூலகம் யாழ் நகரசபையிடம் கையளிக்கப்பட்டு யாழ் கோட்டைக்கு அருகே புதிதாகக் கட்டப்பட்ட நகர சபை மண்டபத்திற்கு மாற்றப்பட்டது. யாழ்ப்பாண நகர சபை, மாநகர சபை அந்தஸ்திற்கு தரமுயர்த்தப்பட்ட பின்னர் நூலகத்திற்கான பிரத்தியேகமான கட்டிடம் கட்டும் முயற்சிகள் எடுக்கப்பட்டன.

தமிழ் மக்களின் நிதி சேகரிப்புகள், பொது நிறுவனங்களின் உதவிகள் மற்றும் மாநகர சபையினரால் நடத்தப்பட்ட கேளிக்கை, களியாட்ட விழாக்கள், பரிசுக் குலுக்கல்கள் போன்ற பல வழிகளில் கிடைக்கப்பெற்ற நிதிச் சேகரிப்பின் மூலம் நிரந்தரக் கட்டிடத்தின் அத்திவாரம் நகரின் மத்தியில் போடப்பட்டது. இந்தியக் கட்டிடக் கலைஞர் நரசிம்மனின் வழிகாட்டலில் உருப்பெற்று வந்த யாழ் நூலகம் 1959-ம் ஆண்டு அப்போதைய யாழ் மேயர் அல்பிரட் துரையப்பாவினால் பொது மக்களின் பாவனைக்காக திறந்துவைக்கப்பட்டது. அன்றைய நாள் தொடங்கி தமிழ் மக்களின் அன்றாட வாழ்வியலோடு ஒன்றிணைந்து, உருப்பெற்று, பெருவளர்ச்சி கண்டு ஆசியாவின் மாபெரும் தமிழ் நூல் நிலையங்களில் ஒன்றாக மிளிர்ந்தது.

1981களின் ஆரம்பம்...தமிழர்களின் அறிவுசார் ஆதிக்கத்தினால் சிங்கள இனவெறி நெருப்பாக எரிந்து கொண்டிருந்த காலங்கள்... தமிழ் மக்கள் சாத்வீகப் போராட்டத்தில் நம்பிக்கையிழந்து மெல்ல மெல்ல ஆயுதப் போராட்டத்தில் அடியெடுத்து வைத்த வரலாற்றுப் படிமங்களுடன்... நாட்கள் நகர்ந்து கொண்டிருந்தன

1981-ம் ஆண்டு மே மாதத்தின் இறுதி நாட்கள்... இலங்கை அரசின் இனவெறிச் சாயம் பூசப்பட்ட மாவட்ட சபைத் தேர்தலை ஒட்டி பெருமளவிலான சிங்களப் இராணுவத்தினரும், பொலிசாரும், சிங்கள காடையர்களும் யாழ்ப்பாணத்தில் குவிக்கப்பட்டிருந்தனர். சிங்கள அரசிற்குச் சார்பான தேர்தல் பிரச்சாரங்களும் முடுக்கி விடப்பட்டிருந்தன.

மே மாதம் 31-ம் திகதி தேர்தல் பதற்றங்களுடன் கழிந்து கொண்டிருந்தது... சிங்கள அரசின் திட்டமிட்ட தேர்தலுக்கு எதிர்ப்புத் தெரிவிக்கும் முகமாக தேர்தல் பிரச்சாரத்தில் இருந்த பொலிசார் மீது தமிழ் இளைஞர்களால் ஒரு சிறு தாக்குதல் நடத்தப்படுகின்றது. இந்தச் சம்பவத்தைக் காரணமாகக் கொண்டு ஏற்கனவே திட்டமிட்டுக் கொண்டு வரப்பட்டிருந்த சிங்கள இராணுவத்தினரும், பொலிசாரும், சிங்கள காடையர்களும் இரவோடிரவாக யாழ் நகரை நிர்மூலமாக்க வீதிகளில் இறங்கினார்கள். அடி... தடி... துப்பாக்கிச் சூடு... தீ... கொள்ளை என்று எங்கும் ஒரே புகை மண்டலம்.

பேருந்து நிலையம், நவீன சந்தை, புத்தகக் கடைகள், கடைகள், கோவில், வீடுகள், தமிழர் விடுதலைக் கூட்டணி பாராளுமன்ற உறுப்பினர் யோகேஸ்வரனின் வீடு, ஈழநாடு காரியாலயம் போன்ற பல கோடி பெறுமதியான தமிழர்களின் சொத்துக்கள் இன வெறியர்களினால் தீக்கிரையாக்கப்பட்டன.

யாழ் நகரம் எரிந்து கொண்டிருக்கும் அதே நள்ளிரவில் தமிழர்களின் வரலாற்றுத் தலைமையகமான யாழ் நூலகத்திற்கு தீ வைக்கும் முயற்சியில் இறங்கினர். யாழ் நூலகத்தின் மேற்குப் பகுதியில் வைக்கப்பட்ட தீ பொலிசாரின் பெற்றோல் குண்டுகளின் உதவியுடன் சில மணித்தியாலயங்களில் நூலகத்தை முற்று முழுதாக தீக்கிரையாக்கியது. யாழ் மக்களை வீடுகளிலிருந்து வெளியேறாமல் தடை செய்து, மாநகர சேவைகள் எதனையும் அனுமதிக்காமல் ஏற்கனவே திட்டமிட்டபடி தமிழர்களின் அறிவாலயத்தை எரியூட்டி புத்த சாசனத்தையே சாம்பலாக்கினர். இந்தச் சம்பவம் நடந்த நேரத்தில் யாழ்ப்பாணத்தில் தங்கியிருந்த அமைச்சர்களான காமினி திசாநாயக்கா மற்றும் சிறில் மத்தியு ஆகியோரே இதை முன்னின்று நடத்தியதாக பின் நாளில் தெரிய வந்தது.

திட்டமிட்டு அழிக்கப்பட்ட இந்த நூலகத்திலிருந்து புறப்பட்ட புகை விடுதலை வேட்கைக்கு இன்னும் உரமாகி இன்று வரை எரிந்து கொண்டேயிருக்கின்றது.

சிங்கள இனவெறித் தீயினால் சாம்பல் பூத்த அந்த நூலகக் கட்டிடம் ஈழத் தமிழரின் போராட்ட அவலத்தின் நினைவுச் சின்னங்களில் ஒன்றாக இன்றுவரை கருதப்படுகின்றது.

யாழ் நூலக எரிப்பு பற்றி கவிஞர் எம். ஏ. நு.்.மான் அவர்கள் இப்படி எழுதுகின்றார்:

புத்தரின் படுகொலை…..!

நேற்று என் கனவில்
புத்தர் பெருமான் சுடப்பட்டிறந்தார்.
சிவில் உடை அணிந்த
அரச காவலர் அவரைக் கொன்றனர்.
யாழ் நூலகத்தின் படிக்கட்டருகே
அவரது சடலம் குருதியில் கிடந்தது.

இரவின் இருளில்
அமைச்சர்கள் வந்தனர்.
“எங்கள் பட்டியலில் இவர் பெயர்
இல்லை
பின் ஏன் கொன்றீர்?”
என்று சினந்தனர்.

“இல்லை ஐயா,
தவறுகள் எதுவும் நிகழவே இல்லை
இவரைச் சுடாமல்
ஒரு ஈயினைக் கூடச்
சுடமுடியாது போயிற்று எம்மால்
ஆகையினால் தான்…..”
என்றனர் அவர்கள்.

“சரி சரி...
உடனே மறையுங்கள் பிணத்தை”
என்று கூறி அமைச்சர்கள் மறைந்தனர்.

சிவில் உடையாளர்
பிணத்தை உள்ளே இழுத்துச் சென்றனர்.
தொண்ணூறாயிரம் புத்தகங்களினால்
புத்தரின் மேனியை மூடி மறைத்தனர்.
சிகாலோவாத சூத்திரத்தினைக்
கொளுத்தி எரிந்தனர்.
புத்தரின் சடலம் அஸ்தியானது.
தம்ம பதமும்தான் சாம்பரானது.

(1981-அலை-18)

(சிகாலோவாத சூத்திரம், தம்ம பதம் ஆகியன பௌத்தமத அறநூல்கள்)

இன்று அரசியல் இலாப நோக்கங்களுக்காக யாழ் நூலகம் மீண்டும் புதுப் பொலிவு பெற்று மக்களின் தேவைக்காகத் திறந்து விடப்பட்டுள்ளது. இறந்து போன நூலகத்தை மீளமைத்து மறைக்கப்பட்ட உண்மைகளின் மேல் எத்தனை வெள்ளைச் சாயம் பூசினாலும் ஈழத் தமிழர்களைப் பொறுத்தவரை அது ஒரு வரலாற்றுப் படுகொலையின் அடையாளமாகவே இருக்கும்.

rmohan@thaiveedu.com



சுற்றுச் சூழலும் சக்தி சேமிப்பும்

K. கண்ணன்

சக்தியை சேமிப்பதற்கான உபயோகக் குறிப்புகள் சில

வீட்டை சுற்றி ஒருசில சிறிய மாற்றங்களை செய்வதின் மூலம் நீங்கள் சக்தி செலவழிவதை குறைக்க முடியும், நீங்கள் உங்கள் வீட்டில் செலவழிந்த சக்திக்காக கட்டவேண்டி கட்டணத்தில் நீங்கள் நிறைய மிச்சப்படுத்த முடியும். மேலும் கரியமில வாயு (CO_2) வெளியேறுவதையும் குறைக்க முடியும்.

வீட்டில் காற்று, தண்ணீர் புகாதவாறு செய்யுங்கள்

அனைத்து ஜன்னல்கள் மற்றும் கதவுகளின் மீதுள்ள தட்பவெப்ப நிலையின் தாக்குதலை தடுக்கும் மேலுறைகளை பரிசோதனை செய்யுங்கள். அவை தேய்ந்து போயிருந்தாலோ அல்லது பழுதடைந்திருந்தாலோ, அவைகளை மாற்றி புதியதை வையுங்கள்.

உங்கள் வீட்டின் சக்தி மற்றும் தண்ணீர் தேவைக்கான ஒரு குடும்ப செயற்திட்டத்தை நடைமுறைப் படுத்துங்கள்.

குளிரூட்டுதல்

இரவு நேரத்தில் உங்கள் ஏயார்கண்டிஷன் கருவியை நிறுத்துவதற்கு ஒரு தானே இயங்கும் தெர்மோஸ்டேட்டை வையுங்கள். பகல் நேரத்தின் போது, உங்கள் வீட்டில் 25.5 சென்டிகிரேடு வெப்பம் இருப்பதற்கு தக்கவாறு Thermostatஐ செட் (Set) பண்ணுங்கள்.

பகல் நேரத்தின் போது உங்கள் வீட்டில் யாரும் இருக்க மாட்டார்கள் என்றால், நீங்கள் வெளியே செல்லும் போது ஜன்னல் திரைகளையும் மற்றும் திரைச்சீலைகளையும் நன்றாக தொங்க விட்டுச் செல்லுங்கள்.

நீண்ட கால அளவிற்கு நீங்கள் வீட்டை விட்டு வெளியே செல்ல வேண்டும் என்றால், செல்வதற்கு முன் உங்கள் வீட்டிலுள்ள ஏயார்கண்டிஷனை நிறுத்திவிட்டுச் செல்லுங்கள்.

> “வீட்டின் உள்ளும் புறமும் ஒரு சில சிறிய மாற்றங்களை செய்வதின் மூலம் சக்தி செலவழிவதை குறைக்க முடியும், சக்திக்காக கட்டவேண்டி கட்டணத்தில் நிறைய மிச்சப்படுத்த முடியும். மேலும் கரியமில வாயு வெளியேறுவதையும் குறைக்க முடியும்.”

வெப்பப்படுத்துதல்:

பகல் நேரத்தில் நீங்கள் வீட்டில் இருக்கும் போது 21 சென்டிகிரேற், நீங்கள் உறங்கும் போது 18 சென்டிகிரேற், மற்றும் நீங்கள் வெளியே செல்லும் போது 15 சென்டிகிரேற், வெப்பநிலை இருப்பதற்கு தக்கவாறு உங்கள் Thermostatஐ செற் பண்ணுங்கள்.

வருடந்தோறும் உங்கள் வீட்டிலுள்ள கணப்பு அடுப்பின் பழுதுகளை சரி செய்யுங்கள், மற்றும் ஒழுங்காக சுத்தம் செய்யுங்கள் வடிகட்டிகளை மாற்றி அமையுங்கள். அதன் முழுமையான செயற்பாட்டிற்கு இவை மிகவும் அவசியம்.

உங்கள் கணப்பு அடுப்பின் எரிபொருள் விகிதத்தை ஒழுங்குபடுத்தும் கருவியை நிறுத்திவிடுங்கள். பயன்படுத்தாத நேரத்தில் அதன் வாயிலை மூடிவிடுங்கள்.

காற்றை குளிரச் செய்யும் அனைத்து கருவிகளையும் (Radiators) சுத்தமாகவும் மற்றும் தடைகள் ஏதுமின்றியும் வைத்திருங்கள்.

உஷ்ணப்படுத்தப்படாத இடம் வழியாகச் செல்லும் வெப்பமான காற்று குழாய்களையும் மற்றும் வெப்பமான தண்ணீர் குழாய் களையும் மின்காப்பு செய்யுங்கள்.

அனைத்து குழாய்களில் உள்ள இணைப்புகளிலும் நாடா ஒட்டுங்கள்.

குளியலறை

தடையின்றி தண்ணீர் பொழிவதற்கு உதவும் ‘ஷவ்வர்’களையும் (Shower heads) மற்றும் தண்ணீரில் காற்றை சேர்க்கும் வடிகுழாய்களையும் Fauect வையுங்கள்.

Toilet தண்ணீர் குறைவாக ஓடுவதற்கு ஏற்ற நவீன அமைப்பை செய்யுங்கள் அல்லது விரைவாக மூடக்கூடிய ஒரு வால்வை பொருத்துங்கள்

அதிக தண்ணீர் வரும் ஷவரில் குளிப்பதை விட, குறைவான அளவு தண்ணீர் வரும் ஷவரில் குளியுங்கள்.

சமையலறை

தண்ணீர் கசியும் வடிகுழாய்களில் புதிய வாசர்கள் வைத்து (தோல் அல்லது ரபர் வில்லை) வைத்து பழுது நீக்குங்கள்.

உங்கள் சமையலறை வடிகுழாயில் திரவங்களுடன் காற்றைச் சேர்க்கும் கருவியை பொருத்துங்கள்.

உங்கள் பனிக்கட்டி செய்யும் கருவியை ஒரு குளிர்ச்சியான இருளான இடத்தில் வையுங்கள்.

உங்களுடைய Fridge, நேரடியாக சூரிய ஒளி விழும் இடம் மற்றும் அடுப்பு இருக்கும் இடத்திற்கும் தொலைவில் வையுங்கள்.

உணவு இருந்த உங்கள் சமையல் பாத்திரங்களை மொத்தமாக ஒரே தடவையில் கழுவி விடுங்கள். பாத்திரம் உலர்ந்ததும் அதை ஈரக் கையால் எடுக்காதீர்கள்.

நீங்கள் சமையல் உபகரணங்களை வாங்கும் போது, அதன் சக்தி மதிப்பீடுகளை பார்த்து வாங்குங்கள்.

ரெப்ரிஜிரேட்டரிலுள்ள (Refrigerator) குளிரச் செய்யும் கொயில் சுருள்களைச் சுத்தமாக வைத்திருங்கள். வழக்கமாக ரெப்ரிஜிரேட்டரின் அடிப்பகுதி அல்லது பின்பகுதியில் தான் குளிரச் செய்யும் கொயில்கள் வைக்கப்பட்டிருக்கும்.

பிரிட்ஜின் கதவு இறுக்கமாக பூட்டப்பட வேண்டும் ஏதாவது மேலுறைகள் பழுதடைந்-

79ம் பக்கம் பார்க்க...

சுற்றுச் சூழலும் சக்தி

25ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

திருந்தால் அதை மாற்றி அமையுங்கள்.

ரெப்ரிஜிரேட்டரில் (Refrigerator)வைப்பதற்கு முன் உணவுகளை ஓரளவு குளிரச் செய்யுங்கள்.

உணவுப்பாத்திரங்களை மூடுவதற்கு இறுக்கமான மூடிகளை பயன்படுத்துங்கள் இதனால் உணவு விரைவில் வேகும்.

அடுப்பின் பாகத்தின் அளவிற்கு பொருத்தமான அளவுள்ள தட்டுகளை பயன்படுத்துங்கள். தட்டையான அடிப்பகுதி உள்ள தட்டுகளை பயன்படுத்துங்கள். அதனால் வெப்பம் அதில் சமமாகப் பரவும்.

நேரம் மற்றும் வெப்பநிலையை கணக்கிட்டு சமையல் செய்யுங்கள். அவண் கதவை திறந்து, வெந்து கொண்டிருக்கும் உணவை எட்டிப் பார்க்காதீர்கள்.

ஸ்ட்டவ்வில் தண்ணீர் கொதிக்க வைப்பதை விட மின்சார கெட்டில்களில் (Kettles) கொதிக்க வைப்பதற்கு குறைவான மின்சக்தி தான் செலவாகும் மேலும் தண்ணீரும் விரைவாக வெப்பமடையும்.

வெப்பத்தை பிரதிபலிப்பதற்கு மின்சார அடுப்பின் கீழ் பகுதியில், மெல்லிய பிரதிபலிக்கும் தகடுகளையோ அல்லது தட்டுகளையோ பயன்படுத்துங்கள்.

சலவை செய்யும் அறை

ஒரு முழு சுமையான துணிகள் துவைப்பதற்கு சேரும் வரையில் காத்திருங்கள் அல்லது சிறிய சுமை துணிகளுக்கு தக்கவாறு இயந்திரத்தை செற் பண்ணுங்கள்

குளிர்ந்த தண்ணீரில் துவையுங்கள்.

ஒரு சலவை இயந்திரம் வாங்கும் போது, முன்பகுதியால் திறந்து மூடும் அமைப்பு இருக்கும் சலவை இயந்திரத்தை வாங்குங்கள்.

துணிகளை உலரவைப்பதற்கு முடிந்தவரை வெளியே உள்ள இடத்தில் தொங்கவிடுங்கள்.

ஒவ்வொரு சுமை ஆடைகளையும் உலர வைத்த பின், முழுமையான காற்றோட்டம் உண்டு பண்ணுவதற்கு, லின்ட் துணி வடி கட்டியை சுத்தப்படுத்துங்கள், அது உலர வைக்கும் திறனை அதிகரிக்கச் செய்யும்.

தொடர்ச்சியாக ஆடைகளை உலர வைப்பதின் மூலம் உங்கள் அனைத்து துணிகளையும் ஒரு குறுகியகால நேரத்திலேயே சலவை செய்துவிடுங்கள். இதனால் உலரவைப்பதற்கு பயன்படுத்தும் வெப்பத்தை அடக்கி அனைத்து துணிகளுக்கும் உபயோகப்படுத்த முடியும்.

மின் விளக்குகள்

வெளியே உள்ள இடங்களுக்கு சென்சார் விளக்குகளை (Sensor lights) பயன்படுத்துங்கள்.(சுற்றுச் சூழலுக்கு பொருத்தமாக இருக்குமாறு விளக்கு ஒளியை சரிப்படுத்துங்கள்).

அதிக சக்தி செலவழியாத, கச்சிதமான ஃபுளுரோசன்ட் பல்புகளை பயன்படுத்துங்கள். அவை குறைவான மின்சக்தியை தான் பயன்படுத்தும் மேலும் சாதாரண பல்புகளை விட பத்து மடங்குகள் நீடித்து உழைக்கும்.

விளக்குகளை தானே இயங்கும் சுவிடச் மூலம் அணைப்பதற்கு வழிமுறை செய்யுங்கள். பகல் நேரத்தில் வீட்டில் யாரும் இல்லாத போது, வீட்டில் எரியும் விளக்குகளை அணைப்பதற்கு மறந்து போயிருந்தால், இந்த ஸ்விட்ச் விளக்குகளை தானே இயங்கி அணைத்து விடும்.

எப்போதும் முழு வெளிச்சம் தேவைப்படாத அறைகளில் உள்ள விளக்குகளுக்கு, டிம்மர் ஸ்விட்ச் பொருத்துங்கள்.

தரைவிளக்குகளை அல்லது மேசை விளக்குகளை ஒரு மூலையில் வையுங்கள் இரண்டு சுவர்களிலிருந்தும் ஒளி பிரதிபலித்து அறை பிரகாசமான வெளிச்சத்துடன் இருக்கும். அதிக விளக்குகளை எரிய விடவேண்டிய அவசியமும் இல்லை.

நீங்கள் விடுமுறையை கழிக்க வீட்டை விட்டு வெளியே சென்றிருக்கும் போதோ அல்லது மாலை நேரத்தில் வெளியே சென்றிருக்கும் போதோ, விளக்குகளை தானே எரிய விடவும் மற்றும் அணைக்கவும், காலம் குறித்து தானே இயங்கும் ஸ்விட்ச்சுகளை (Timets) பயன்படுத்துங்கள்.

அடித்தளம்

மின்சார வெப்பப்படுத்தும் கருவியை மின் காப்பு செய்யப்பட்ட போர்வையால் பொதியுங்கள் (கண்ணாடி இழை அல்லது நுரை பஞ்சு மின்காப்பு துணி).

உங்களுடைய வென்னீர் வெப்பப்படுத்தும் கருவியை உயர்ந்த பட்சமான 48 சென்டிகிரேற் அல்லது 120 பாரன்ஹீட் வெப்பநிலை அளவிற்கு செற் பண்ணுங்கள்.

தொட்டியின் அடிப்பகுதியில் தங்கி இருக்கும் அழுக்குகளையும் மற்றும் தாது உப்புகளையும் வெளியேற்றுவதற்கு வெப்பப்படுத்தும் கருவியில் வடிகால்களை அமைக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு 2 - 3 மாதங்களுக்கு சுமார் 4.5 லிட்டர்கள் (1 கலன்) அழுக்கு தண்ணீரை இவ்வாறு வெளியேற்றுங்கள்.

உங்கள் அடித்தளம் இன்னமும் கட்டி முடிக்கப்படாவிட்டால், காற்று புகாமல் தடுப்பதற்கு அத்திவார சுவரின் மேல்புறம், உள்ள உத்திரங்களுக்கிடையே மின்காப்பு செய்யுங்கள்.

கணினி

குறைவான அளவு மின்சக்தியை செலவிடும் கணினிகளை பயன்படுத்துங்கள்.

உங்கள் கணினியையும் மற்றும் அதன் துணைப்பொருட்களையும் நீண்டகாலம் பயன்படுத்த வேண்டாம் என்றிருந்தால், அவைகளை அணைத்து விடுங்கள்.

பசும்புல் தரை மற்றும் முற்றம்

வீட்டின் தெற்கு மற்றும் கிழக்கு பக்கத்தில் இலை உதிர்க்கிற மரங்களையும் மற்றும் புதர் செடிகளையும், மேலும் வடக்கு மற்றும் மேற்கு பக்கத்தில் ஊசி இலை மரங்களையும் நடுங்கள். இது கோடைகாலத்தில் வீட்டிற்கு நிழலையும் மற்றும் குளிர்காலத்தில் எதிர் காற்றிலிருந்து பாதுகாப்பையும் தரும். மேலும் இது காற்றிலிருந்து கார்பனை வடிகட்டும்.

பசும்புல் தரைக்கு மழை நீரையும் உள்ளிட்டு, ஒரு வாரத்திற்கு 1 அங்குலம் தண்ணீர் போதும் என்பது விசித்திரமான உண்மை. அதை நினைவு கூறுங்கள்.

சக்தியை சேமிப்பதற்கும் மற்றும் கார்பன் வெளியேறுவதை தடுப்பதற்கும் தள்ளி செல்ல கூடிய புல் வெட்டும் கருவியை பயன்படுத்துங்கள்.

மோட்டார் வாகனம்

உங்கள் காரிலுள்ள காற்று வடிகட்டிகளை ஒழுங்கான முறையில் பரிசோதனை செய்யுங்கள் மற்றும் மாற்றியமையுங்கள்.

உங்கள் காரிலுள்ள எண்ணெய் மற்றும் எண்ணெய் வடிகட்டியை ஒழுங்கான முறையில் மாற்றுங்கள்.

மிகவும் குளிராக இருக்கும் அதிகாலைகளில், கார் என்ஜினை வெப்பப்படுத்திவிட்டு என்ஜினை இயங்க ஆரம்பித்தால் குறைவான எரி பொருளைத்தான் பயன்படுத்தும்.

சரியான அளவு காற்றை டயர்களில் அடையுங்கள்.

வாகனத்தை பயன்படுத்தி அதிக அனுகூலம் பெறுவதற்கு திட்டமிட்டு ஒரேதடவையில் வேலையைச் செய்யுங்கள்.

kananank@thaiveedu.com

■ ■ ■

கடனிலிருந்து விடுபட விருப்பமா?


பெரி முத்துராமன்
Mortgage Development Manager

பலருக்கும் மன அழுத்தத்தைத் தரக்கூடிய விடயம் ஒன்று இருக்குமானால் அது பணம் தான் என்று கூறிவிடலாம். கடனிலிருந்து எப்படி விடுபடப் போகிறேன் என்று எப்போதாவது கவலைப்பட்டதுண்டா? அப்படியானால் தொடர்ந்து கட்டுரையைப் படியுங்கள்.

பெரிய ஓட்டப் பந்தயத்தில் வெற்றி கொள்ள எப்படிப் பயிற்சியும், ஒழுங்குமுறையும் தேவையோ, அப்படியே கடனிலிருந்து விடுபடவும் ஒழுங்குமுறை தேவை. கட்டுப்பாடும் பொறுமையும் கூட மிகவும் தேவை. ஒன்றைப் பேப்பரில் எழுதி, உங்கள் மனதளவில் செயல்படுத்த நினைக்காத அளவில், அது வெறும் விருப்பமே. சிந்தித்து திட்டமிட்டு பேப்பரில் குறித்து, செயல்படுத்த முடிவு செய்தவுடன் 'திட்டம்'(Plan) தயாராகின்றது. திட்டம் தயாரான பின் அதைப் பின்பற்ற வேண்டும். இல்லையேல் திட்டத்தால் எந்தப் பயனும் விளையாது.

விளம்பரங்களைப் பார்த்து மற்றவர்களை அணுகி கடனைக் குறைக்கவோ, கிரிடிட் ஸ்கோரை கூட்டவோ முயன்றால், பல எதிர்மறையான பலன்கைளையே சந்திப்பீர்கள். காலமும், நேரமும், பொருளும் விரயமாவதைக் காணலாம். கடைசியில் மிஞ்சுவது விரக்தியாகத்தான் இருக்கக்கூடும். கடன் ரிப்போர் சேவை பலருக்கும் பாதகத்தையே தந்திருக்கின்றது. கவனம் தேவை.

உங்கள் நிதிநிலை கட்டுப்பாட்டிற்குள் இல்லையேல் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவர சில எளிய வழிமுறைகள் இங்கே தரப்பட்டுள்ளன.

உங்கள் கடன் சரிதத்தை ஸ்கோருடன் வாங்கிப் பாருங்கள்

பள்ளி மாணவனுக்குத் தரப்படும் மதிப்பெண் அட்டையைப் போன்றது. கடன் சரித எண் அல்லது ஸ்கோர். பொதுவில் 300 இலிருந்து 850க்குள் இருக்கும். எண் கூடிய தாக இருந்தால் உங்கள் கடன் சரித்திரம் நல்ல நிலையில் பொதுவில் இருப்பதாக அர்த்தம். கடன் சரித்திரங்களில் தவறுகள் இருப்பது இயல்பானதாகும். நீங்கள் அவற்றைப் பார்க்கும் போது அத்தகைய தவறுகள் உங்கள் கடன் சரிதத்தில் இருந்தால், சம்மந்தப்பட்ட நிறுவனங்களுடன் தொடர்பு கொண்டு தவறை நிவர்த்தி செய்துகொள்ள வேண்டும். நீங்கள் பல நிறுவனங்களிலும் பட்டிருக்கும் கடன் சரியாக உங்களின் கடன் சரிதத்தில் குறிக்கப்பட்டுள்ளதா என்றும் பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் கடன்-வருவாய் விகிதத்தைப் பாருங்கள்.

ஏறத்தாழ மூன்றில் ஒருபங்கு வருவாய் கடனுக்குச் சென்றால், நீங்கள் உங்கள் வருவாயை மிகச் சரியாகக் கையாளுகின்றீர்கள். உங்கள் வருவாயில் 40 சதவீதமோ அதற்கும் மேலாகவோ நீங்கள் கடனுக்குச் செலவிட்டால், உங்கள் வாழ்க்கை முறைக்கு பிரேக் போட்டு நின்று நிதானித்துப் பின் பயணிக்க வேண்டிய நேரம் என்று நினைத்துச் செயல்படுங்கள்.

கிறடிட் காட், லைன் ஒப் கிறடிட், வீட்டுக்கடன் அல்லது வீட்டு வாடகை, கார் லோன், வீட்டுவரி மற்றும் இன்ஸ்சரன்ஸ் என்று எல்லா மாதச் செலவுகளையும் கூட்டுங்கள். உதாரணத்துக்கு இவை எல்லாவற்றையும் கூட்டி வருவது 1,480 டாலர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். இவரின் மாத வருமானம் 3,100 டாலர்கள் என்று வைத்துக்கொள்வோம். இத்தகைய நபரின் கடன் வருவாய் விகிதம் 1480/3100 அல்லது 47.7 சதவீதமாகும்.

மேற்சொன்னபடி நீங்கள் உங்கள் கடன் வருவாய் விகிதத்தை இப்போது கணக்கிடுங்கள்.

36 சதவீதத்துக்குகீழ் இருந்தால் பாராட்டுக்கள். வருவாய்க்குள் வாழத் தெரிந்தவர் நீங்கள்

37 லிருந்து 42 சதவீதம் பரவாயில்லை. கடன்களையோ செலவுகளையோ குறைப்பதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள்.

43 லிருந்து 49 சதவீதம். ஆபத்துக் குறியீட்டில் இருக்கிறீர்கள். வரவுக்கு ஏற்ற செலவுக்குள் வாழ்வதைப் பற்றி சீரியசாக யோசித்து உடனடியாகச் செயல்படுங்கள்.

50 சதவீதமும் அதற்கு மேலும், அபாயம் அபாயம். கடனிலிருந்து விடுபட உங்களுக்கு வழி தெரியவில்லை என்றால், குறுக்கு வழியில் இல்லாமல் நேர் வழியில் கடன்களைக் குறைக்க அனுபவம் பெற்ற நல்ல ஆலோசகர்களை நாட வேண்டும்.

திட்டம் ஒன்றைத் தயாரியுங்கள்

திட்டம் ஒன்றைத் தயாரிப்பதற்கு ஆன எளிய வழிகளை இங்கே தருகின்றேன்.

முதலில் அத்தியாவசிய செலவுகள் போக வரும் மிச்சத்தைக் கணக்கிடுங்கள்.

இருக்க இடம் (வீட்டுவாடகை அல்லது வீட்டுக் கடன் தொகை மற்றும் வீட்டிற்கான வரிகள், பில்கள் முதலியன) உண்ண உணவு (மாத மளிகைச் சாமான், காய்கறிகள் முதலின) உடுக்க உடை (ஆண்டுக்குச் செலவிடும் தொகையை பன்னிரண்டால் வகுத்து மாதத்திற்கு பாருங்கள்) நடைமுறையில் உடைக்காகும் செலவை நீங்கள் வேண்டுமானால் தற்போதைக்கு விட்டுவிடலாம். வேலைக்குச் செல்லும் பயணச் செலவுகள் (கார் மற்றும் அதற்கான செலவுகள்)

பெரும்பாலான குடும்பங்களில் இந்தச் செலவுகள் வருவாயில் 75 முதல் 85 சதவீதம் இருப்பதைக் காணலாம். உங்கள் குடும்பத்தில் செலவுகள் இந்த சதவீதத்துக்கும் அதிகமாக இருந்தால் ஒன்று செலவைக் குறைக்க வேண்டும். இல்லையேல் வருவாயைப் பெருக்க வேண்டும். (இன்னொரு வேலைக்குக் கூடுதலாகப் போக முடியுமா?)

உங்கள் கடன்களைப் பட்டியல் இடுங்கள்

ஒரு பேப்பரில் வாங்கியிருக்கும் கடன்களை எல்லாம் மாதத்தவனை, வட்டி விகிதத்துடன் பட்டியலில் இடுங்கள். உதாரணத்துக்குச் சிலவற்றை இங்கே குறிப்பிடுவோம்.

கனடியன் டயர் கிரிடிட் கார்டு $840, $52, 12.2%
விசா கிரிடிட் கார்டு $1500, $67, 9.9%
வங்கி லைன் ஆப் கிரிடிட் $9800, $250, 6%

முன்னர் செலுத்த வேண்டிய கடன்களைத் தீர்மானியுங்கள்

கடன்களுக்கான குறைந்தபட்சத் தொகையை ஒவ்வொரு கடனுக்கும் மாதந்தோறும் செலுத்தி வரவேண்டும். இதுபோக உபரியாக உள்ள தொகையை அதிகப்படியான வட்டி உள்ள கடனுக்கோ, அல்லது குறைந்த தொகையே உள்ள கடனுக்கோ செலுத்தி கடனைத் தீர்க்க வேண்டும். ஒருகடன் முற்றிலுமாக முடிந்தபின் அடுத்த கடனை முடிக்க மாதந்தோறும் உபரிப் பணத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இதற்கு இடையில் புதிய கடன்களை கேட்டு விண்ணப்பிக்கக்கூடாது.

திட்டத்தை செயல்படுத்துங்கள்

சிந்தித்து திட்டமிட்டதைச் செயல்படுத்துங்கள். செயல்படுத்தவில்லை என்றால் திட்டத்தால் ஒரு பயனும் விளையாது. கடன்குறைப்புத் திட்டத்தை வெற்றிகரமானதாக்க மேலும் சில குறிப்புக்கள் இங்கே தரப்படுகின்றது.

குடும்பத்தில் உள்ள எல்லோரிடமும் திட்டத்தை விவாதித்து, செலவுகளைக் கட்டுப்படுத்தவும், திட்டத்தை வெற்றிபெறச் செய்யவும், அவர்களின் ஒத்துழைப்பைக் கோருங்கள்.

கிரிடிட் காட்டுகள் தேவைப்பட்டால் கொஞ்சக் காலத்திற்கு வீட்டில் வையுங்கள். உணவு, உடை, கேஸ் என்று எது எது வாங்க வேண்டுமானாலும் ரொக்கத்தைப் பயன்படுத்துங்கள். கடன் மேல் கடனைச் சுமத்து வது நம்பிக்கையின்மையை வளர்க்கும். கண்டதும் எந்தப் பொருள்மீதும் காதல் கொள்ளாதீர்கள். நன்கு யோசித்து, தேவைப்பட்டால் மட்டுமே ரொக்கத்தைக் கொடுத்து தேவையான பொருளை நிலைமை சரியாகும் வரை வாங்குங்கள்.

திட்டத்தைச் செயல்படுத்தும் காலத்தில் கூடுதல் கடன் கேட்டு எங்கும் விண்ணப்பிக் காதீர்கள்.

தினசரி செலவுகளை நோட்டுப் புத்தகத்தில் எழுதுங்கள். இது வேயைற்ற செலவுகளைக் குறைக்கவும், உங்களை நீங்களே கட்டுப் பாட்டில் வைத்துக்கொள்ளவும் உதவும்.

செலவுகளை எப்படிக் குறைக்கலாம் என்று சிந்தியுங்கள். சில உதாரணங்கள்: ரிம்கொட்டனில் விரும்பிக் குடிக்கும் தினசரிக் காப்பியை நிறுத்தலாம். வீட்டிலிருந்து மதியச் சாப்பாட்டை அலுவலகத்துக்கு எடுத்துச் செல்லலாம். மளிகைச் சாமான் வாங்க தள்ளுபடி கூப்பன்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

முயன்றால் முடியாதது இல்லை. நம்பிக்கை இழக்காமல், நிலைமை கட்டுக்குள் வரும் வரை முயற்சி செய்யுங்கள். கடனைக் குறைப்பது என்பது எளிதான ஒன்று அல்ல. ஆனால் இயலக்கூடியது, நேரமும், பொறுமையும், ஒழுங்குமுறையும் இருந்தால் கடனை நிச்சயம் குறைக்கலாம்.

"வாழ்க வளமுடன்" வாழ்த்துக்கள்

peri.muththuraman@thaiveedu.com

வங்கிகளில் நடந்த பிரச்சினையால் பொன்னுக்கு வந்த மவுசு


மாறன் செல்லையா
- நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர் -

2007ல் இந்தக் கட்டுரைத் தொடரை எழுதத் தொடங்கியபொழுது இரண்டாவது கட்டுரையில் பொன்னைப் பற்றி எழுதியிருந்தேன். மீண்டும் இன்னொரு தடவை இதைப்பற்றி எழுதலாம் என்று சூழ்நிலை தெரிவிக்கிறது. சரித்திரம் மீண்டும் நடக்கும் (History Repeats) என நமது ஆய்வாளர்கள் பலர் சொன்னதைக் கேட்டிருக்கின்றேன்.



1897ல் ஒரு பாரதூரமான அமெரிக்க பின்னடைவு காரணமாக கனடாவின் Yukon மாநிலத்தில் Klondike ஆற்றுப் படுக்கையில் ஒரு பெரிய பொன்னைத் தேடும் அவசரம் ஏற்பட்டது. அதைப்போலவே கிட்டத்தட்ட ஒரு நூற்றாண்டுக்குப் பிறகு இது மீண்டும் நடக்கிறது.

ஆனால், இந்தமுறை பொருளாதார பின்ன-



டைவுகள் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் 1897ஐ போல் கடினமான காலநிலை கொண்ட காட்டு புறத்திற்கு பொன்னைத்தேடிச் செல்லவில்லை. தமது வங்கிகளில் முன் எப்போதும் இல்லாத அளவு பொன்னில் முதலிட்டுள்ளார்கள். இவர்களுடைய முதலீடுகளுக்கு ஏற்பட்ட கேள்வி காரணமாக பொன்னுக்கு நிறைய கேள்வி ஏற்பட்டுள்ளது. அதிலும் முக்கியமாக 'Biscuit' எனப்படும் தங்க பாளங்களையும் நாணயங்களையும் (Bar and Coins) வாங்கியுள்ளார்கள். இது அவர்களுக்கு ஒரு நம்பிக்கையை கொடுப்பதாக இருக்கிறது.

கடந்த இலையுதிர் காலத்தில் வங்கிகளில் பிரச்சினை ஏற்பட்ட போது தங்கத்தின் கேள்வி ஒரு மண் சரிவு போல அதிகரித்தது. மக்களுக்கு மரண பயம் ஏற்பட்டது போல அரசாங்கங்கள் படும் கடனைப் பார்த்து கலங்கி விட்டார்கள். இந்த அரசாங்கங்கள் படும் கடனானது நாடுகளின் நாணயங்களுக்கான (Curency) பெறுமதியை வீழ்ச்சியடைய அவற்றை திரும்பத் தரும் நாயணத்தைக் கேள்விக்குறியாக்கி விடும்.

உலக தங்க சபை (World Gold Council) தரும் தரவுகளில் இருந்து தொழில்துறைகளிலும் ஆராய்ச்சிகளிலும் பாவிக்கப்படும் பொன்னுக்கான கேள்வி 2008ல் 10% ஆல் வீழ்ச்சியடைந்திருக்கிறது. ஆனால், முதலீட்டு காரணங்களுக்காக பொன்னை வாங்குவது 64% ஆல் அதிகரித்துள்ளது. அத்துடன் பொன்னில் வேறு ஆதாரங்களை பாவித்து முதலிடுவதையும் பார்த்தால் 84% ஆல் முதலீடுகள் அதிகரித்துள்ளது.

சில்லறை முதலீட்டாளர்களிடம் இருந்து வந்திருக்கும் கேள்வியின் அதிகரிப்பு உலக நிதி தொகுதிக்கு எதிர்கால இடர்களைக் காட்டுகிறது. தற்போதைய கால கட்டத்தில் முதலீட்டாளர்கள் பணம் பண்ணுவதை விட்டுவிட்டு முதலுக்கு பங்கம் வந்துவிடக் கூடாது என்ற எண்ணத்தைக் காட்டுகிறார்கள். தற்போது சந்தையில் இருக்கக்கூடிய அவநம்பிக்கையின் காரணமாக இருக்கக் கூடிய இடர்களைத் தவிர்த்துக்கொள்ள பொன் முதலீடுகளே சரியானது என அவர்கள் நினைக்கிறார்கள்.

கடந்த ஒக்டோபரிலிருந்து பொன்னின் விலை 30% அதிகரித்துள்ள போது Msci World stock Index 20% வீழ்ச்சியடைந்துள்ளது. இப்படிப்பட்ட முதலீடுகளில் ஏற்பட்ட இழப்புக்கள் பொன்னுக்கான கேள்வியை அதிகரித்துள்ளது. இவற்றுக்கு பின்னால் முதலீட்டாளர்களின் மிக நியாயமான கவலை வங்கிகளின் நிலவும் அரசாங்கம் படும் கடனினால் ஏற்படக்கூடிய பணவீக்கம் பற்றிய கவலையுமாகும்.

சில்லறை முதலீட்டாளர்களுக்கு இலகுவாக இருக்கும் Gold backed exchange Traded funds மிக பிரபல்யம் அடைந்திருக்கும் இந்த வேளையில் தங்கம் பாளங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய கேள்வியும் எதிர்பார்க்காத அளவு அதிகரித்துள்ளது. விசேடமாக ஐரோப்பிய, வட அமெரிக்க முதலீட்டாளர்கள் இந்த வாங்குதலைச் செய்துள்ள இந்த வேளையில் கீழைத்தேய நாடுகளில் உள்ள வளர்ந்து வரும் பொருளாதார நாடுகளில் உள்ள மேற்கத்தய நாடுகளில் மீதியாக வாங்கப்பட்ட தங்கத்தின் அளவு 133Ton ஆக இருக்கும் அதேநேரத்தில் மேற்கத்தைய நாடுகள் அல்லாத முதலீட்டாளர்களின் பொன் முதலீடுகள் 60% அதிகரித்துள்ளது.

மேற்கத்திய நாடுகளின் முதலீட்டாளர்களுக்கு Portfolio Diversification காரணமாக பொன்னில் முதலிடுகிறார்கள் என்று சில ஆய்வாளர்கள் தெரிவித்துள்ளார்கள். கனடிய வங்கிகள் நீண்ட காலமாக முதலீட்டாளர்களுக்கு தங்கத்தில் முதலிடும் சந்தர்ப்பத்தை Gold backed certificates ஊடாக வழங்கி வந்துள்ளன. இந்த பத்திரங்கள் பணத்தையோ தங்கப் பாளத்தையோ பெற்றுக்கொள்ள முடியும். இதில் இருக்கும் முக்கிய ஆதாயம் பாதுகாப்பு. வீட்டில் பொன்னை வைத்திருந்து ஆபத்துக்களில் மாட்டத் தேவையில்லை.

கடந்த 18 மாதங்களில் RRSP Eligible gold Certificate முதலீடு இரட்டைப் பங்கு அதி கரித்திருப்பிபதாக புள்ளிவிபரங்கள் கூறுகின்றன.

ஆனால் கடந்த சில மாதங்களாக இந்த பத்திரங்களை விட உண்மையான பொருளை தங்கப் பாளங்களை முதலிட்டாளர்கள் விரும்புவதாகத் தெரிகிறது. இந்த 400 02oz கொண்ட பாளங்களை $400,000 பெறுமதி கொண்டவற்றைக்கூட சிலர் வாங்கியுள்ளதாகத் தெரிகிறது. இந்த கேள்விகளை அவ தானித்த கனடா விலையுயர் உலோகங்களில் முதலீட்டில் முன்னணி வகிக்கும் Scotia வங்கி Platinum, Palladium பாளங்களையும் சில்லறை முதலீட்டாளர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது.

இந்த Physical Gold Possesion ஆனது இந்த வங்கிகளின் மீதும் சர்வதேச நாணயங்கள் மீதும் மக்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள அவநம்பிக்கை ஒரு பூரணமான நிலையை அடைந்துள்ளதை காட்டுவதாக அவதானிகள் தெரிவித்துள்ளார்கள்.

கட்டுரையை முடிக்கும் போது எமது ஆய்வாளர்கள் அடிக்கடி உரைக்கும் History repeats self என்பதையும் ஆய்ந்துவிட்டு முடிப்போம். இந்த வார்த்தைப் பிரயோகங்களை வைத்து பல ஆய்வாளர்கள் மிகவும் பெரிய விடயங்களை விளங்கப்படுத்த முயற்சிப்பதைப் பார்த்திருக்கிறோம். இந்த இடத்தில் ஆங்கில நாடகாசிரியர் Bernard show சொன்னது என்னவென்றால், சரித்திரம் மீண்டும் மீண்டும் திரும்ப நடக்கும் போது அது எதிர்பாராத தாக்கங்களை தருமானால் மனிதனின் அனுபவத்தில் இருந்து படிக்கும் தன்மை எவ்வளவு பலவீனமாக இருக்க வேண்டும் என்பதாகும்.

If History repeats it self and the un expected always happens how incapable must man be of learning from experience. Bernad Shaw 1856 - 1950

maran@thaiveedu.com

■ ■ ■

அமினோ அசிட் (Amino Acids) இரகசியங்கள்- 2

நமது உடல் ஆரோக்கியமா இயங்குவதற்கு ஒட்டுமொத்தமாக இருபது அமினோ அமிலங்கள் தேவை. இதில் குறைபாடு ஏற்பாடு ஏற்பட்டால் நமது உடல் நலனில் குறைபாடு ஏற்பட்டு மரணம் நிச்சயமாகும். இதில் எட்டு அமினோ அமிலங்கள் Essential Amino Acids என்றும் மிகுதி 12 அமினோ அமிலங்களும் Nonessential Amino Acids என்றும் அழைக்கப்படுகின்றன.

Essential Amino Acids என்று அழைக்கப்படுவன Valine, Lysine, Threonine, Leucine, Isoleucine, Tryptophan, Phenylalanine, Methionine என்பனவாகும். இந்த Essential Amino Acidsஐ மனித உடலினால் ஒரு போதும் உருவாக்க முடியாது. எனவே இவற்றை நாம் தாவரங்களில் இருந்தோ அல்லது ஏனைய விலங்குகளில் இருந்தே பெற்றே ஆகவேண்டும். அவ்வாறு இந்த எட்டு அமினோ அமிலங்களையும் நமது உடல் பெற்றுக் கொண்டால் மிகுதியான 12 அமினோ அமிலங்களை நமது உடலே தயாரித்து விடும்.

உடலுக்கு மிக முக்கியமான இந்த எட்டு அமினோ அமிலங்களையும் நாம் உண்ணும் உணவுப் பொருட்களில் இருந்து பெறுக் கொள்கின்றோமா? என்ற கேள்வியை கடந்த இதழில் கேட்டிருந்தோம். அது பற்றி இந்த இதழில் பார்ப்போம்.

Valine:

உடற் கலங்களின் வளர்ச்சி, உடற் கலங்கள் பழுது பட்டால் அதை திருத்தும் வேலை, இழையங்களின் வளர்ச்சி, உடலில் உள்ள NITOGEN சமநிலையையை பேணுகின்ற கைங்கரியத்தை செய்வது இந்த அமினோ அமிலமே.

இந்த அமினோ அமிலத்தை நாம் பால் உணவு வகைகள், இறைச்சி,சோயா,கோதுக்கடலை, காளான்களை உள்எடுப்பதின் மூலம் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

Lysine:

எலும்பு உருவாக்கத்திற்கும், குடலில் இருந்து கல்சியம் உறிஞ்சப்படவும், Nitrogen சமநிலையை பேணவும், இது எல்லாவற்றிக்கும் மேலாக உடலில் ஏற்படும் நோய்களுக்கு எதிரான Antibodies, மற்றும் உடல் இயங்க அத்தியாவசியமான ஓமோன்கள், Enzymes உருவாக்கத்திற்கும் இந்த அமினோ அசிட் அவசியாகும்.

பால், சீஸ், முட்டை, இறைச்சி, உருளைக்கிழங்கு, lima beasn என்பனவற்றில் இது உள்ளது.

Threonine:

இந்த அமினோ அமிலம் நமது இதயம், எலும்பு,தசைகளில் மிக அதிக செறிவாக உள்ளது.

இந்த அமினோ அமிலம் நமது உடலின் புரத சமநிலையை பேணிக்காக்கின்றது. தோலின் உருவாக்கம் மற்றும் Collagen உருவாக்கத்திற்கும் இது அவசியம்.

இறைச்சி, பால், முட்டை, இவற்றுக்கு அப்பால் மிகக் குறைந்த அளவில் Wheat, nutல் உள்ளது.

Leucue:

இந்த அமினோ அமிலம் கலங்களின் வளர்ச்சி, பழுதடைந்த கலங்களை திருத்துவது, ஓமோன்களை உற்பத்தி செய்வது, சக்தியை பெற, மற்றும் குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவை கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருப்பது என்ற பல விடயங்களில் உதவி செய்கின்றது.

இந்த அமினோ அமிலம் எல்லா புரத உணவுகளிலும் உள்ளது. அத்தோடு Brown அரிசி, Beans, nut, whole wheat லும் உள்ளது.

Isoleucine:

நமது சுவாசத்திற்கு முக்கிய காரணமான Hemogloin, குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவை கட்டுப்படுத்தல், உடலில் காயம் பட்டால் எல்லா குருதியும் உடலில் இருந்து வெளியேற முடியாமல் உடலை பாதுகாப்பதற்காக குருதி உறைதல் செயல் முறையை செய்வது என்று இந்த அமினோ அமிலம் பல வகைகளில் செயல்படுகின்றது.

கோழி, முட்டை, மீன், இறைச்சி, ஈரல், Almonds, Lentils என்பனவற்றில் இந்த அமினோ அமிலம் உள்ளது.

Tryptothan:

மூளையின் செயல்பாட்டுக்கும், நரம்பு மண்டலத்தின் செயல்பாட்டுக்கும், நித்திரைக்கு, நமது உடல் வலியை கட்டுப்படுத்த, என்று நமது மூளையோடு சம்பந்தப்பட்ட விடயங்களுக்கு இந்த அமினோ அமிலம் அவசியம்.

பால், இறைச்சி, Cttage சீஸ், சோயா என்பனவற்றில் இந்த அமினோ அமிலம் உள்ளது.

Pheny lalanine:

இந்த அமினோ அமிலம் நரம்பு மண்டலத்தின் செயல்பாடுகளுக்கு மிக அவசியமானது. ஞாபக சக்தி, கற்றல் என்பதற்கு இந்த அமினோ அமிலம் முக்கியமாகத் தேவைப்படுகின்றது. இதற்கு மேலாக Parkinson's நோய்கும் இதற்கும் தொடர்பு உள்ளது என்பது முக்கியமான விடயம் ஆகும்.

புரத உணவுப் பொருட்கள், பால், almonds, Avocados, lima beans, Peanuts, மற்றும் விதைகளில் இந்த அமினோ அமிலம் காணப்படுகின்றது.

Methionine:

கொழுப்பு உடலில் சமிபாடு அடைவதற்கும், உடலில் கொழுப்பு கட்டி அமைக்கப்படுவதற்கும், சமிபாட்டு தொகுதி சீராக செயல்படவும் இந்த அமினோ அமிலம் அவசியம்.

இது மட்டுமல்ல Depression, Arthritis pain, chronic liver disease என்பனவற்கும் இந்த அமினோ அமில குறைபாடு காரணமாகின்றது என்ற சந்தேகம் ஏற்பட்டுள்ளது. இது இன்னமும் உறுதி செய்யப்படவில்லை.

இறைச்சி, மீன், முட்டை, உள்ளி, வெங்காயம், Beans, Lentils என்பனவற்றில் இது உள்ளது.

இந்த எட்டுவகை அமினோ அமிலத்தையும் நாம் உள்ளெடுத்தால் நமது உடல் தனக்குத் தேவையான மிகுதி 12 வகை அமினோ அமிலத்தையும் தயாரித்து விடும்.

- சிவா சுப்ரா -
siva@thaiveedu.com





நிதித் திட்டமிடலில் ஆயுட் காப்புறுதியின் அவசியம்



சிறீதரன் துரைராஜா
- ஆயுட் காப்புறுதி முகவர் -

ஒரு வெற்றிகரமான நிதித்திட்டமிடலில், கீழ் வரும் முக்கிய இரண்டு அம்சங்கள் கருத்தில் கொள்ளவேண்டியது அவசியமாகும்.

- குறுகிய காலத்தில் அடைய வேண்டிய இலக்குகள் (Short Term Goals)
- நீண்ட காலத்தில் அடைய வேண்டிய இலக்குகள் (Long Term Goals)

அதாவது 5 வருடங்களின் பின்பு உங்கள் நிதி நிலைப்பாடு எப்படி இருக்க வேண்டும் அல்லது சுமார் 25 வருடங்களின் பின்பு உங்கள் நிதி நிலைமை எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பவற்றை கருத்தில் கொண்டு உங்கள் நிதித்திட்டமிடலை தயார் செய்ய வேண்டும்.

இப்படியான நிதித்திட்டமிடலில் ஆயுட் காப்பு-றுதி மிகவும் முக்கியமானதாக அமைகிறது.

உங்கள் நிதித்திட்டமிடலின்போது உங்கள் தற்போதைய வருமானம் உங்களுக்கு தற்-போதுள்ள செலவுகளின் விபரங்கள் என்ப-வற்றை அடிப்படையாக வைத்து 5 வருட காலத்தில் இவற்றை எப்படி நகர்த்த வேண்டும் அல்லது எப்படி கொண்டு சென்றால் உங்கள் இலக்கை 5 வருடத்தில் அடையலாம் அல்லது எப்படியான நடவடிக்கைகளை தற்போது செய்வதன் மூலம் 25 வருடங்களின் பின்பு உங்கள் இலக்கை அடைய முடியும் போன்ற விடயங்கள் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டும்.

நாங்கள் தீர்மானித்தபடி எமது வாழ்வில் எல்லாம் நடப்பதில்லை. எமது திட்டங்கள் சரியான முறையில் நகர்த்த முடியாத நிலை-யில் ஒரு மாற்றுத் திட்டம் வைத்திருப்பது அவசியமாகின்றது. ஆயுட்காப்புறுதி ஒரு மாற்றுத் திட்டமாக உபயோகிப்பதற்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

எங்கள் வாழ்வில் ஏற்படும் ஒவ்வொரு மாற்-றங்களின் போதும் எமது நிதி நிலை எவ்வாறு உள்ளது என்பதை ஆய்வு செய்ய வேண்டும். ஒவ்வொருவரும் கவனிக்க வேண்டிய வாழ்-வின் சில முக்கிய மாற்றங்கள்.

- ஒருவர் திருமணம் செய்து ஒரு புதிய வாழ்வை ஆரம்பிக்கும்போது
- ஒரு குடும்பத்தின் வேலை அல்லது வியாபாரம் போன்றவற்றில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்
- ஒருவர் புதிதாக ஒரு வதிவிடத்தை வாங்-கும்போது அல்லது வியாபாரத்தை ஆரம்பிக்கும் போது
- குழந்தைகள் பிறக்கும் போது அல்லது உங்கள் குழந்தைகள் உயர்கல்வியை ஆரம்பிக்கும் போது.

இப்படிப்பட்ட முக்கிய சம்பவங்கள் ஒவ்வொ-ருவருக்கும் ஏற்படும் போதும் உங்கள் ஆயுட் காப்புறுதி பற்றி கவனம் எடுப்பது அவசியம். ஆயுட் காப்புறுதி உள்ளவர்கள் அது போதுமானதா அல்லது அதிகமானதா என்று பரிசீலனை செய்ய வேண்டும். ஆயுட் காப்புறுதி இல்லாதவர்கள் ஆயுட்காப்புறுதி பெறுவதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

எனது மரணத்தால் எனது குடும்பம் அல்லது எனது நண்பர்கள் பொருளாதார ரீதியாக பாதிக்கப்படுவார்களா? என்ற கேள்வியை நாம் ஒவ்வொருவரும் எம்மிடம் கேட்டுப்-பார்க்க வேண்டும். அதற்கு ஆம் என்று பதில் கிடைத்தால் உடனடியாக ஆயுட் காப்புறுதி செய்வது அவசியமாகின்றது.

எவ்வளவு தொகைக்கு ஒருவர் ஆயுட் காப்புறுதி செய்ய வேண்டும் என்பது மிக முக்கியமான விடயமாகும். காப்புறுதித் தொகை, காப்புறுதித் திட்டம், உங்கள் வயது ஆரோக்கியம் என்பவற்றைக் கருத்திற்-கொண்டே காப்புறுதிக்கான உங்கள் மாதா-ந்தக் கட்டணம் தீர்மானிக்கப்படுகின்றது.

எனவே நாங்கள் காப்புறுதி செய்யும் போது எங்களுக்கு எவ்வளவு பணம் கிடைத்தால் எங்கள் குடும்பம் பொருளாதார பாதிப்பு இல்லாமல் வாழ முடியும் என்பதையும் எங்-களால் இப்போது எவ்வளவு பணம் காப்புறு-திக்காக செலவு செய்ய முடியும் என்பதை-யும் கருத்தில் கொண்டு ஆயுட்காப்புறுதியின் தொகையையும் எப்படிப்பட்ட திட்டம் எங்க-ளுக்கு உகந்தது என்பதையும் தீர்மானிக்க வேண்டும். உங்களுக்கு உகந்த காப்புறுதித் திட்டத்தை தெரிவு செய்வதற்கு ஒரு காப்பு-றுதி செய்வதற்கான அனுமதி பெற்ற அங்-கீகரிக்கப்பட்ட காப்புறுதி முகவரை தெரிவு செய்வது அவசியமாகும். (Licensed Insurance Agent) காப்புறுதி முகவர்களிடம் உங்கள் நிதி மற்றும் மருத்துவத் தகவல்களை சரி-யாகவும் உண்மையாகவும் கொடுப்பது அவசியம்.

ஒரு ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டத்தை பெறுவதற்கு முன்னர் உங்களுக்கு எந்த திட்டம் சிறந்தது எவ்வளவு தொகைக்கு ஆயுட்காப்புறுதி செய்வது என்பவற்றை தெளிவாக உங்கள் காப்புறுதி முகவருடன் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். காரணம் காலத்துக்கு காலம் காப்புறுதித் திட்டங்களை மாற்றம் செய்யும் போது நீங்கள் செலுத்திய பணம் விரயமா-கின்றது.

உங்கள் காப்புறுதிக்கான மாதாந்தக் கட்டுப்-பணத்தை பல்வேறு நிறுவனங்களுடன் ஒப்-பிட்டு எது சிறந்தது என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு குடும்பத்தின் மாதாந்த செலவு $4,000 டொலர்களாக இருந்தால் அந்தக் குடும்பத்-தின் வருமானம் அல்லது பணம் சம்பாதிப்-பவருக்கு மரணம் ஏற்பட்டால் இந்தக் குடும்பம் தொடர்ந்து வாழ்வதற்கு மாதம் $4000 டொலர்கள் தேவைப்படும். இதை எப்படி இந்தக் குடும்பத்திற்கு பெற்றுக் கொடுப்பது என்பதை ஆயுட் காப்புறுதி முகவர் கருத்திற் கொண்டு அவர்களுக்கான ஒரு காப்புறுதித் திட்டத்தை தெரிவு செய்ய வேண்டும். அதா வது மாதாந்த வருமானமாக $4000 டொலர் கள் கிடைப்பதற்கு எவ்வளவு தொகைப் பணத்தை முதலீட்டுத் திட்டத்தில் முதலீடு செய்வதன் மூலம் பெறமுடியும் என்பதை கணிப்பிட வேண்டும். அந்தத் தொகையை ஆயுட் காப்புறுதி செய்வதன் மூலம் இந்தக் குடும்பத்தில் ஏற்படும் எதிர்பாராத பொருளா தார பாதிப்பை தவிர்க்க முடியும்.

உதாரணமாக ஒருவரின் வருட வருமானத் தில் 5 அல்லது 10 மடங்கு தொகை ஆயுட் காப்புறுதியாக இருப்பது அவசியம் என நிதித் திட்டமிடல் ஆலோசகர்கள் கருதுகின் றார்கள். ஆனால், இந்தத் தொகையை சரியான முறையில் கணிப்பீடு செய்வதற்கு பல விடயங்களின் கணிப்பீடு தேவைப்படும்.

உங்களின் மிகவும் பெறுமதிமிக்க சொத்து உங்கள் வீடு அல்லது உங்கள் விலை உயர்ந்த வாகனம் அல்ல. உங்களது மிகப் பெறுமதிவாய்ந்த சொத்து உங்கள் உழைப்பு அல்லது உங்களின் பணம் சம்பாதிக்கக் கூடிய ஆற்றல். Earning Ability என ஆங்கி-லத்தில் கூறுவார்கள். உதாரணமாக ஒரு 35 வயது மனிதர் தற்போது மாதாந்தம் $3000 டொலர் சம்பாதித்தால் அவர் 65 வயது வரையில் கிட்டத்தட்ட 2.4 மில்லியன் டொலர்களை சம்பாதிக்க முடியும்.

எனவே ஒருவரின் உழைப்பின் ஆற்றல் அல்லது பணம் சம்பாதிக்கும் ஆற்றல் தான் மிகவும் பெறுமதிமிக்க சொத்தாகும். இந்தச் சொத்தை ஆயுட் காப்புறுதியால் மட்டுமே பாதுகாக்க முடியும்.

ஒருவரின் உழைக்கும் ஆற்றல் மரணம், கொடிய நோய்கள் அல்லது விபத்துக்கள் போன்றவற்றால் தடைசெய்யப்படுகின்றது. ஒவ்வொரு வகையான பாதிப்புக்கும் சரி-யான பாதுகாப்புத் திட்டங்கள் பெற்றுக் கொள்வதன் மூலம் எங்கள் உழைப்பின் ஆற்றல் பாதிக்கப்படாது பாதுகாக்க முடியும்.

ஒருவர் கொடிய நோய்களால் தாக்கப்பட்டு வேலை செய்ய முடியாத நிலை ஏற்படின் குடும்ப வருமானம் தடைப்படும். அதற்கான காப்புறுதித் திட்டமாக கொடிய நோய்களுக் கான காப்புறுதித் திட்டம் (Critical Illness Insurance) காணப்படுகின்றது. ஒருவர் விபத் தில் பாதிக்கப்பட்டு வேலை செய்ய முடியாமல் போகும் போது Accident Coverage அல்லது (Disability Insurance) போன்ற திட்டங்கள் பெற்றுக் கொள்வதன் மூலம் பாதுகாக்க முடியும்.

எம்மவர்களில் பலர் தங்கள் வீடு, கார் போன்றவற்றிற்கு சுமார் $200 டொலர்களுக்கு அதிகமாகவும் காப்புறுதிப் பணம் மாதாந்தம் கட்டுகிறார்கள். காரணம் காப்புறுதி செய்யா மல் கார் வாகனம் பாவிக்க முடியாது. காப்புறுதி இல்லாமல் வீட்டுக்கு கடன் எடுக்க முடியாது. ஆனால், இவை எல்லாவற்றிலும் பெறுமதிமிக்க காப்புறுதி செய்ய வேண்டிய விடயம் எங்கள் உழைக்கும் ஆற்றல் அல்லது உழைக்கும் வல்லமை. ஒருவருக்கு உழைக்-கும் வல்லமை இருந்தால் எதையும் எப்போ தும் வாங்க முடியும்.

ஆயுட் காப்புறுதிக்காக நாம் செலவு செய்யும் பணத்தை வேறு விதமான செலவுகளுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால் காப்புறுதிக்கு செலவு செய்யும் பணம் மிகவும் குறைவானதாகவே இருக்கும். உதாரணமாகப் பார்த்தால் நாங்கள் எல்லோரும் எம்மை அறியாமலே பல விடயங்களில் பணத்தை விரயம் செய்கின்-றோம். ஒரு நாளுக்கு ஒரு கோப்பிக்காக செலவு செய்யும் 1.25 சதம் நாளாந்தம் சேமித்தால் மாதம் 1.25x30=37.50 டொலர்-களை சேமிக்க முடியும். இந்தப் பணத்திற்கு ஏற்றவாறு ஒரு தவணைக் காப்புறுதி செய்து கொண்டால் எங்கள் குடும்பத்தை குறுகிய காலத்திற்கு பாதுகாக்க முடியும். இப்படியாக பல வழிகளில் தேவையற்ற செலவுகளைத் துண்டித்து அல்லது கட்டுப்படுத்தி ஆயுட்-காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்வது அவசியமாகும்.

ஒருவர் எந்தக் காப்புறுதித்திட்டத்தை முதலில் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டுமென்று பார்த்தால் முதலாவது ஆயுட்காப்புறுதி அவசியமாகும்.

இரண்டாவது கொடிய நோய்களுக்கான காப்புறுதி அவசியமாகின்றது. அதன் பின்பு ஒவ்வொருவரும் தங்கள் வசதிக்கேற்ப மேலதிகமான காப்புறுதிகளை பெற்றுக் கொள்ளலாம். ஒவ்வொரு காப்புறுதித் திட்டங்-கள் பற்றிய விபரமான தகவல்கள் தொடரும்.

sritharan@thaiveedu.com



> “ உங்கள் நிதித்திட்டமிடலின்போது உங்கள் தற்போதைய வருமானம், செலவுகளின் விபரங்கள் என்பவற்றை அடிப்படையாக வைத்து 5 வருட காலத்தில் இவற்றை எப்படி நகர்த்த வேண்டும். அல்லது எப்படி கொண்டு சென்றால் உங்கள் இலக்கை 5 வருடத்தில் அடையலாம் அல்லது எப்படியான நடவடிக்கைகளை தற்போது செய்வதன் மூலம் 25 வருடங்களின் பின்பு உங்கள் இலக்கை அடைய முடியும் போன்ற விடயங்களை நீங்கள் தீர்மானிக்க வேண்டும். ”

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422


காட்சி கொடுத்தார் திருக்கோவில் - தமிழ்நாடு


அன்னை வேளாங்கன்னி - நாகப்பட்டினம்

இம்மாதப் புகைப்படக் கலைஞர்
குணா செல்லையா
கனடா Mississaugaவில் வசித்துவரும் ஆயுட்காப்புறுதி முகவரான இவர், தனது ஓய்வுநேரங்களில் புகைப்படத்துறையிலும் ஆர்வம்காட்டி வருகின்றார்.

உங்களிடம் (நீங்கள் எடுத்த) அழகான புகைப்படங்கள் இருக்கின்றனவா? அவற்றை நாங்கள் பிரசுரிக்க விரும்புகிறோம்.
புகைப்படம் எடுத்தவரின் பெயர், விலாசம், தொலைபேசி இலக்கம், மின்னஞ்சல், புகைப்படம், எடுக்கப்பட்ட காட்சி அல்லது எடுக்கப்பட்டவருடைய விபரங்கள் என்பவற்றுடன் நீங்கள் எடுத்த புகைப்படத்தையும் அனுப்பிவையுங்கள். அவை இந்தப் பகுதியில் பிரசுரமாகும்.